

Директор ГКОУ КК школа-интернат ст-цы Медведовской
Капустина Е. Н.

13.05.2025 неделя 2, день 7 (вторник)

7. 1-4 класс для иных категорий обучающихся

Выход (г)	Рецепт	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед				
100	16	*Салат из свежих огурцов *	Калорийность-63, Жиры-5, Углеводы-3	20-54
250	80	Суп картофельный с мясными фрикадельками	Калорийность-152, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	39-48
100	157,02	Рыба припущенная*.	Калорийность-131, Белки-20, Жиры-6	90-71
150	91,01	Картофельное пюре*	Калорийность-132, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	14-63
200	277	Кисель из яблок сушеных	Калорийность-134, Углеводы-33	4-95
40	-	Хлеб пшеничный *	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-26
20		Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Обед			Калорийность-746, Белки-34, Жиры-22, Углеводы-89	173-71
Итого за день			Калорийность-746, Белки-34, Жиры-22, Углеводы-89	173-71

Зав. учреждением

Е.Ю.Григорья

Директор ГКОУ КК школа-интернат ст-цы Медведовской
Капустина Е. Н.

13.05.2025 неделя 2, день 7 (вторник)

4. ОВД иные категории обучающихся 12 и старше лет

Выход (г)	Рецепт	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
75	1,01	Бутерброд с маслом.	Калорийность-228, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-30	14-80
250	86,01	Суп молочный с макаронными изделиями.	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	13-29
50	-	Кондитерские изделия.	Калорийность-200, Жиры-5, Углеводы-35	13-00
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-09
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
40	-	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	2-28
40	143	Яйца вареные *	Калорийность-57, Белки-5, Жиры-4	13-31
Итого за Завтрак			Калорийность-850, Белки-18, Жиры-24, Углеводы-135	72-05
Обед				
100	16	Салат из свежих огурцов *	Калорийность-63, Жиры-5, Углеводы-3	20-59
250	80	Суп картофельный с мясными фрикадельками	Калорийность-152, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	31-66
120	157,01	Рыба припущенная, *	Калорийность-158, Белки-24, Жиры-7	73-28
180	91	Картофельное пюре.	Калорийность-162, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15	17-50
200	277,01	Кисель из яблок сушеных.	Калорийность-147, Углеводы-36	6-58
80	-	Хлеб пшеничный. **	Калорийность-188, Белки-6, Углеводы-39	4-53
40	-	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	2-28
Итого за Обед			Калорийность-948, Белки-43, Жиры-24, Углеводы-122	156-42
Итого за день			Калорийность-1 797, Белки-61, Жиры-48, Углеводы-258	228-47

Зав. учреждения
Е. Н. Капустина

Директор ГКОУ КК школа-интернат ст-цы Медведовской
Капустина Е. Н.

13.05.2025 неделя 2, день 7 (вторник)

3. ОБД **Единые категории обучающихся 7-11 лет**

Выход (г)	Рацион	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
70	1	Бутерброд с маслом	Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	11-00
200	86	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-115, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	10-29
20	-	Кондитерские изделия*	Калорийность-80, Жиры-2, Углеводы-14	5-20
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-09
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
40	143	Яйца вареные *	Калорийность-57, Белки-5, Жиры-4	13-31
40	-	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	2-28
Итого за Завтрак			Калорийность-667, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-109	57-45
Итого за день			Калорийность-667, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-109	57-45

За подписью
Е.Ю.Григорьев

13.05.2025 неделя 2, день 7 (вторник)

2. ОВД для проживающих категорий обучающихся 12 и старше лет

Выход (г)	Рецепт	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
75	1,01	* Бутерброд с маслом. хлеб пшеничный, масло сливочное	Калорийность-228, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-30	14-80
250	86,01	Суп молочный с макаронными изделиями. молоко, макароны, масло сливочное, сахар-песок, соль	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	13-29
50	-	Кондитерские изделия.	Калорийность-200, Жиры-5, Углеводы-35	13-00
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-09
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
40	-	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	2-28
40	143	Яйца вареные *	Калорийность-57, Белки-5, Жиры-4	13-31
Итого за Завтрак			Калорийность-850, Белки-18, Жиры-24, Углеводы-135	72-05
Обед				
100	16	Салат из свежих огурцов * огурцы, лук репчатый, масло растительное, соль	Калорийность-63, Жиры-5, Углеводы-3	20-59
250	80	Суп картофельный с мясными фрикадельками картофель, фрикадельки мясные, лук репчатый, морковь, лук репчатый, макароны, масло сливочное, соль	Калорийность-152, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	31-66
120	157,01	Рыба припущенная, * лосось, лук репчатый, соль	Калорийность-158, Белки-24, Жиры-7	73-28
180	91	Картофельное пюре. картофель, молоко, масло сливочное, соль	Калорийность-162, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15	17-50
200	277,01	Кисель из яблок сушеных. сушеные яблоки, сахар-песок, крахмал картофельный, лимонная кислота	Калорийность-147, Углеводы-36	6-58
80	-	Хлеб пшеничный. **	Калорийность-188, Белки-6, Углеводы-39	4-53
40	-	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	2-28
Итого за Обед			Калорийность-948, Белки-43, Жиры-24, Углеводы-122	156-42
Полдник				
200	155,01	Сырники из творога запеченные * творог 9% жирности, сахар-песок, яйца, сметана, масло сливочное, соль	Калорийность-355, Белки-26, Жиры-15, Углеводы-38	55-07
200	288	Молоко кипяченое *	Калорийность-96, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9	14-80
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
Итого за Полдник			Калорийность-496, Белки-31, Жиры-20, Углеводы-56	77-15
Ужин				
120	34	Салат витаминный (1-ый вариант). * помидоры, огурцы, яблоки, морковь, масло растительное, лимонный сок	Калорийность-89, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-6	19-59
100	191	Оладьи из печени * печень говяжья, мука пшеничная, яйца, соль	Калорийность-151, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-13	36-36
180	219,02	Каша гречневая рассыпчатая * крупа гречневая, масло сливочное, соль	Калорийность-256, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-41	11-35
200	263,01	Чай с молоком и сахаром * молоко, сахар-песок, чай черный	Калорийность-64, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	5-68
60	-	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-4, Углеводы-30	3-40
Итого за Ужин			Калорийность-700, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-101	76-38
Второй ужин				
200	268	Кисломолочный напиток *	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8	14-60
40	-	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	2-28
Итого за Второй ужин			Калорийность-178, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-24	16-88
Итого за день			Калорийность-3172, Белки-129, Жиры-89, Углеводы-439	398-88

13.05.2025 неделя 2, день 7 (вторник)

1. ОВД для проживающих категорий обучающихся 7-11 лет

Выход (г)	Рецепт	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
70	1	Бутерброд с маслом масло сливочное	Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	11-00
200	86	Суп молочный с макаронными изделиями макароны, молоко, сливочное, сахар-песок, соль	Калорийность-115, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	10-29
20	-	Кондитерские изделия *	Калорийность-80, Жиры-2, Углеводы-14	5-20
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-09
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
40	143	Яйца вареные *	Калорийность-57, Белки-5, Жиры-4	13-31
40	-	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	2-28
Итого за Завтрак			Калорийность-667, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-109	57-45
Обед				
100	16	Салат из свежих огурцов * огурцы, лук репчатый, масло растительное, соль	Калорийность-63, Жиры-5, Углеводы-3	20-59
250	80	Суп картофельный с мясными фрикадельками картофель, фрикадельки мясные, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, соль	Калорийность-152, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	31-66
100	157,02	Рыба припущенная*. горбуша, лук репчатый, соль	Калорийность-131, Белки-20, Жиры-6	61-48
150	91,01	Картофельное пюре* картофель, молоко, масло сливочное, соль	Калорийность-132, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	14-19
200	277	Кисель из яблок сушеных сахар-песок, сушеные яблоки, крахмал картофельный, кислота лимонная	Калорийность-134, Углеводы-33	5-65
40	-	Хлеб пшеничный *	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-26
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Обед			Калорийность-746, Белки-34, Жиры-22, Углеводы-89	136-97
Полдник				
170	155	Сырники из творога запеченные творог 9% жирности, сахар-песок, яйца, манная, мука пшеничная, яйцо., сметана, масло сливочное, соль	Калорийность-279, Белки-20, Жиры-12, Углеводы-30	41-95
200	288	Молоко кипяченое *	Калорийность-96, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9	14-80
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
Итого за Полдник			Калорийность-419, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-49	64-03
Ужин				
100	34	Салат витаминный (1-ый вариант) помидоры, огурцы, яблоки, морковь, масло растительное, лимонный сок, соль	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	16-35
90	191,01	Оладьи из печени печень говяжья, мука пшеничная, яйцо, масло растительное, соль	Калорийность-166, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-9	33-65
150	219	Каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая, масло сливочное, соль	Калорийность-213, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-34	9-31
200	263	Чай с молоком и сахаром молоко, сахар-песок, чай черный	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12	5-06
40	-	Хлеб пшеничный *	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-26
Итого за Ужин			Калорийность-609, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-80	66-63
Второй ужин				
200	268	Кисломолочный напиток *	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8	14-60
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Второй ужин			Калорийность-139, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-16	15-74
Итого за день			Калорийность-2 580, Белки-105, Жиры-79, Углеводы-343	340-82