

15.04.2025 неделя 2, день 6 (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	3-28
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-23
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	55-67
Обед				
100	26	Салат из свеклы с солеными огурцами свекла, огурцы соленые, масло растительное	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-16
250	80	Суп картофельный с мясными фрикадельками картофель, фрикадельки мясные, морковь, лук репчатый, сметана, масло сливочное, соль	Калорийность-152, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	31-66
100	157,02	Рыба припущенная * судак, лук репчатый, соль	Калорийность-131, Белки-20, Жиры-6	61-31
150	91,01	Картофельное пюре* картофель, молоко, масло сливочное, соль	Калорийность-132, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	14-17
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-753, Белки-35, Жиры-21, Углеводы-92	124-35
Полдник				
170	155	Сырники из творога запеченные творог, 20% жирности, сахар сахарный 222, сахар-песок, мука пшеничная, яйцо, сметана, масло сливочное, соль	Калорийность-279, Белки-20, Жиры-12, Углеводы-30	41-96
200	288	Молоко кипяченое *	Калорийность-95, 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	64-04
Ужин				
100	-	Икра кабачковая консервированная	Калорийность-91, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7	15-99
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	9-34
200	263	Чай с молоком и сахаром молоко, сахар-песок, чай зеленый	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-626, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-82	66-30
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-2 605, Белки-106, Жиры-79, Углеводы-348	326-10

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

15.04.2025 неделя 2, день 6 (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 26	Салат из свеклы с соевыми огурцами	свекла, огурцы, соевые бобы, растительное	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-95
250 80	Суп картофельный с мясными фрикадельками	картофель, фрикадельки, макароны, лук, морковь, пассированная мука, молоко сливочное, соль	Калорийность-152, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	39-38
100 157,02	Рыба припущенная*.	морковь, лук, растительное, соль	Калорийность-131, Белки-20, Жиры-6	90-71
150 91,01	Картофельное пюре*	картофель, молоко, масло сливочное, соль	Калорийность-132, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	14-45
200 277	Кисель из яблок сушеных	сахар-песок, сушеный яблочный, крахмал картофельный, лимонная кислота	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-753, Белки-35, Жиры-21, Углеводы-92	161-84
Итого за день			Калорийность-753, Белки-35, Жиры-21, Углеводы-92	161-84

Зав. производств. вох. Е.Ю.Грица

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

15.04.2025 неделя 2, день 6 (вторник)

3. ОБЛИчные категории обучающихся 7-11 лет

Выход (г)	Категория	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	3-28
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-23
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	55-67
Итого за день			Калорийность-667, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-109	55-67

Зал. провизор
Е. Н. Капустина

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

15.04.2025 неделя 2, день 6 (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)
<u>Завтрак</u>				
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	8-23
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	72-19
<u>Обед</u>				
100	26	Салат из свеклы с солеными огурцами свекла, огурцы соленые*, масло растительное	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-16
250	80	Суп картофельный с мясными фрикадельками картофель, фрикадельки мясные, морковь, лук репчатый, консервированное мясо, масло сливочное, соль	Калорийность-152, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	31-66
120	157,01	Рыба припущенная, *	Калорийность-158, Белки-24, Жиры-7	73-07
180	91	Картофельное пюре. картофель, молоко, масло сливочное, соль	Калорийность-162, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15	17-49
200	277,01	Кисель из яблок сушеных. сушеные яблоки, сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная	Калорийность-147, Углеводы-36	6-57
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-955, Белки-44, Жиры-23, Углеводы-126	143-76
<u>Полдник</u>				
200	155,01	Сырники из творога запеченные *	Калорийность-355, Белки-26, Жиры-15, Углеводы-38	55-08
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	77-16
<u>Ужин</u>				
100	-	Икра кабачковая консервированная	Калорийность-91, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7	15-99
100	191	Оладьи из печени *	Калорийность-151, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-13	36-35
180	219,02	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-256, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-41	11-38
200	263,01	Чай с молоком и сахаром *	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-703, Белки-29, Жиры-15, Углеводы-102	72-80
<u>Второй ужин</u>				
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-3 181, Белки-130, Жиры-87, Углеводы-443	382-79

Зав. производством
Е.Ю.Гришина

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

15.04.2025 неделя 2, день 6 (вторник)

4 ОВЛ для приезжающих категорий обучающихся 12 и
старше лет

Выход	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	8-23
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	72-19
Обед				
100	26	Салат из свеклы с солеными огурцами свекла, огурцы соленые*, масло растительное	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-16
250	80	Суп картофельный с мясными фрикадельками картофель, фрикадельки мясные, морковь, лук репчатый, помидоры, капуста, масло сливочное, соль	Калорийность-152, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	31-66
120	157,01	Рыба припущенная ,*	Калорийность-158, Белки-24, Жиры-7	73-07
180	91	Картофельное пюре. картофель, молоко, масло сливочное, соль	Калорийность-162, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15	17-49
200	277,01	Кисель из яблок сушеных. сушеные яблоки, сахар-песок, крахмал картофельный, лимонная кислота	Калорийность-147, Углеводы-36	6-57
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-955, Белки-44, Жиры-23, Углеводы-126	143-76
Итого за день			Калорийность-1 804, Белки-62, Жиры-47, Углеводы-261	215-95

Зав. пищеблоком

Е.Ю. Пресняк