

Директор ГКОУ КК «Школа-интернат ст-цы Медведовской»
Капустина Е. Н.

20.05.2025 неделя 1, день 2 (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 хлеб пшеничный, масло сливочное	Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	11-00
100	34	Салат витаминный (1-ый вариант) помидоры, огурцы, яблоки, морковь, масло растительное, лимонная кислота	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	16-35
150	138	Макароны с сыром макароны, сыр российский, масло сливочное, соль	Калорийность-219, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-27	19-39
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
200	264	Кофейный напиток с молоком молоко, сахар-песок, кофейный напиток	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15	10-79
40	-	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	2-28
Итого за Завтрак			Калорийность-714, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-102	67-09
Обед				
100	37	Салат из свеклы с курагой и изюмом свекла, изюм, курага, масло растительное, соль	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-13	8-50
250	45	Суп картофельный с бобовыми морковь, картофель, горох, лук репчатый, масло сливочное, соль	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	10-11
100	172	Печень по-строгановски * печень говяжья, соус сметанный с луком *30, масло растительное, соль	Калорийность-159, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-5	41-83
150	219	Каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая, масло сливочное, соль	Калорийность-213, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-34	9-31
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-09
60	-	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-4, Углеводы-30	3-40
60	-	Хлеб ржаной **	Калорийность-117, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	3-42
Итого за Обед			Калорийность-939, Белки-35, Жиры-22, Углеводы-147	84-66
Полдник				
150	153,04	Пудинг из творога * творог, 2% жирности, молоко сливочное, изюм, урюк, манная крупа, сахар-песок, сливки, ванилин, лимонная кислота	Калорийность-302, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-33	44-11
200	283	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар-песок	Калорийность-95, Углеводы-23	5-09
Итого за Полдник			Калорийность-397, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-56	49-20
Ужин				
80	18,01	Салат из свежих помидор * помидоры, лук репчатый, масло растительное, соль	Калорийность-57, Жиры-5, Углеводы-3	15-11
100	198,06	Птица тушеная в соусе цыпленок-бройлер, соус сметанный 222 *, масло растительное, соль	Калорийность-152, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-2	24-03
150	91,01	Картофельное пюре * картофель, молоко, масло сливочное, соль	Калорийность-132, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	14-19
200	262	Чай с лимоном * сахар-песок, лимон, чай черный	Калорийность-41, Углеводы-10	2-56
20	-	Хлеб пшеничный *	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-10	1-13
Итого за Ужин			Калорийность-430, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-38	57-02
Второй ужин				
180	268	Кисломолочный напиток	Калорийность-90, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7	30-42
20	-	Хлеб пшеничный *	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-10	1-13
Итого за Второй ужин			Калорийность-137, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-17	31-55
Итого за день			Калорийность-2 618, Белки-94, Жиры-84, Углеводы-361	289-52

Зав. пищеблоком
Е.Ю.Протал

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

20.05.2025 неделя 1, день 2 (вторник)

7-14 класс для иных категорий обучающихся

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100 37	Салат из свеклы с курагой и изюмом	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-13	9-22
250 45	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	9-34
100 172	Печень по-строгановски *	Калорийность-159, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-5	47-84
150 219	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-213, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-34	6-61
200 271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	12-40
60 -	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-4, Углеводы-30	3-40
60 -	Хлеб ржаной **	Калорийность-117, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	3-42
Итого за Обед		Калорийность-939, Белки-35, Жиры-22, Углеводы-147	92-23
Итого за день		Калорийность-939, Белки-35, Жиры-22, Углеводы-147	92-23

Зав. пищеблоком

Е. Ю. Пучкина

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

20.05.2025 неделя 1, день 2 (вторник)

4. ОВД и другие категории обучающихся 12 и старше

Выход (г)	Рецепт	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
75	1,01 Бутерброд с маслом масло сливочное	Калорийность-228, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-30	14-80
120	34 Салат витаминный (1-ый вариант). * помидоры, огурцы, яблоки, морковь, масло растительное, лимонный сок	Калорийность-88, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-6	19-59
200	138 Макароны с сыром * макароны, сыр российский, масло сливочное, соль	Калорийность-289, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-36	25-34
100	231 Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
200	264 Кофейный напиток с молоком молоко, сахар-песок, кофейный напиток	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15	10-79
50	- Хлеб ржаной *	Калорийность-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	2-85
Итого за Завтрак		Калорийность-948, Белки-23, Жиры-32, Углеводы-116	80-65
Обед			
100	37 Салат из свеклы с курагой и изюмом свекла, курага, изюм, масло растительное, соль	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-13	9-92
250	45 Суп картофельный с бобовыми картофель, морковь, лук, фасоль, масло сливочное, соль	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	10-11
100	172 Печень по-строгановски * печень говяжья, соус сметанный с луком *30, масло растительное, соль	Калорийность-159, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-5	41-82
180	219,02 Каша гречневая рассыпчатая * крупа гречневая, масло сливочное, соль	Калорийность-256, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-41	11-34
200	271 Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-09
80	- Хлеб пшеничный. **	Калорийность-188, Белки-6, Углеводы-39	4-53
70	- Хлеб ржаной *. *	Калорийность-137, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-28	3-98
Итого за Обед		Калорийность-1 048, Белки-38, Жиры-22, Углеводы-168	89-79
Итого за день		Калорийность-1 896, Белки-61, Жиры-54, Углеводы-284	170-44

Зав. учреждения

Е. Ю. Громова

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

20.05.2025 неделя 1, день 2 (вторник)

3. ОВД иные категории обучающихся 7-11 лет

Выход (г)	Рецепт	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
70	1 Бутерброд с маслом хлеб пшеничный, масло сливочное	Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	11-00
100	34 Салат витаминный (1-ый вариант) помидоры, огурцы, яблоки, морковь, масло растительное, лук репчатый, соль	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	16-35
150	138 Макароны с сыром макароны, сыр российский, масло сливочное, соль	Калорийность-219, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-27	19-39
100	231 Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
200	264 Кофейный напиток с молоком молоко, сахар-песок, кофейный напиток	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15	10-79
40	- Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	2-28
Итого за Завтрак		Калорийность-714, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-102	67-09
Итого за день		Калорийность-714, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-102	67-09

Зав. производств.

Е.Ю.Григорьева

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

20.05.2025 неделя 1, день 2 (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 пшеницы высшего сорта, масло сливочное	Калорийность-228, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-30	14-80
100	34	Салат витаминный (1-ый вариант) помидоры, огурцы, яблоки, морковь, масло растительное, лимонный сок	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, - Углеводы-5	16-35
200	138	Макароны с сыром* макароны, сыр российский, масло сливочное, соль	Калорийность-289, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-36	25-34
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
200	264	Кофейный напиток с молоком молоко, сахар-песок, кофейный напиток	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15	10-79
50	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	2-85
Итого за Завтрак			Калорийность-833, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-115	77-41
Обед				
100	37	Салат из свеклы с курагой и изюмом свекла, изюм, курага, масло растительное, соль	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-13	8-61
250	45	Суп картофельный с бобовыми морковь, картофель, лук, репчатый, масло сливочное, соль	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	10-11
100	172	Печень по-строгановски * печень говяжья, соус сметанный с луком *30, масло растительное, соль	Калорийность-159, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-5	41-83
180	219,02	Каша гречневая рассыпчатая * крупа гречневая, масло сливочное, соль	Калорийность-256, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-41	11-35
200	271	Сок фруктовый	Калорийность-94, Углеводы-24	8-09
80	-	Хлеб пшеничный. **	Калорийность-188, Белки-6, Углеводы-39	4-53
70	-	Хлеб ржаной *. *	Калорийность-137, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-28	3-98
Итого за Обед			Калорийность-1 048, Белки-38, Жиры-22, Углеводы-168	88-50
Полдник				
200	153,02	Пудинг из творога. творог 9% жирности, молоко сгущенное, изюм, курага, лимонная, сахар-песок, масло сливочное, сметана, яйцо, фрукты консервированные	Калорийность-416, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-46	57-79
200	283,01	Компот из смеси сухофруктов * сухофрукты, сахар-песок	Калорийность-128, Углеводы-31	6-46
Итого за Полдник			Калорийность-544, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-77	64-25
Ужин				
100	18	Салат из свежих помидор. * помидоры, лук репчатый, масло растительное, соль	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	18-86
100	198,06	Птица тушеная в соусе цыпленок-бройлер, соус сметанный 222 *, масло растительное, соль	Калорийность-152, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-2	24-03
180	91	Картофельное пюре. картофель, молоко, масло сливочное, соль	Калорийность-162, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15	17-50
200	262	Чай с лимоном * сахар-песок, лимонный, чай черный	Калорийность-41, Углеводы-10	2-55
20	-	Хлеб пшеничный *	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-10	1-13
Итого за Ужин			Калорийность-472, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-41	64-07
Второй ужин				
200	268	Кисломолочный напиток *	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8	33-80
20	-	Хлеб пшеничный *	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-10	1-13
Итого за Второй ужин			Калорийность-147, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	34-93
Итого за день			Калорийность-3 045, Белки-110, Жиры-97, Углеводы-419	329-16

Зав. учреждением
Е.Ю.Григорьева