

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

24.04.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

2. ОВ для проживающих категорий обучающихся 12 и старше лет

Выход (г)	Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
75	3,09	Булочки с сыром * хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное	Калорийность-232, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-20	26-86
200	125,01	Каша манная молочная жидкая * манка, крупа, молоко, сахар-песок, масло сливочное, соль	Калорийность-186, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29	13-34
50	-	Кондитерские изделия.	Калорийность-200, Жиры-5, Углеводы-35	8-19
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
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Завтрак			Калорийность-802, Белки-18, Жиры-28, Углеводы-117	67-60
Обед				
100	50	Винегрет овощной * картофель, свекла, огурцы соленые *, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	9-50
250	72	Рассольник ленинградский с мясом картофель, мясо говядины, огурцы соленые *, морковь, масло растительное, лук репчатый, крупа геркулесовая, соль	Калорийность-197, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-17	35-95
200	174,01	Жаркое по домашнему. картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло растительное, томатный соус, соль, душистые травы	Калорийность-363, Белки-16, Жиры-22, Углеводы-20	77-84
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-1 058, Белки-34, Жиры-41, Углеводы-134	139-89
Полдник				
200	150	Сырники из творога * творог, 9% жирности, манка, сахар-песок, мука пшеничная, сахар-песок, масло растительное, сметана, яйцо, соль	Калорийность-482, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-54	62-93
200	277,01	Кисель из яблок сушеных. сушеные яблоки, сахар-песок, крахмал картофельный, лимонная кислота	Калорийность-147, Углеводы-36	6-58
Итого за Полдник			Калорийность-629, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-90	69-51
Ужин				
100	7	Салат из квашеной капусты с луком капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	10-58
100	162	Котлеты рыбные любительские минтай, морковь, яйцо, манка, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль	Калорийность-83, Белки-10, Жиры-1, Углеводы-6	26-66
25	349	Соус томатный с овощами * морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, мука пшеничная, соль, лимонная кислота, сахар-песок	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-2	3-15
180	114,02	Каша пшеничная рассыпчатая * крупа пшеничная, масло сливочное, соль	Калорийность-235, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-41	7-88
200	262	Чай с лимоном сахар-песок, лимон, чай черный	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-10	3-22
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	2-83
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Ужин			Калорийность-621, Белки-24, Жиры-13, Углеводы-96	55-46
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-3 257, Белки-110, Жиры-107, Углеводы-454	367-39

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

24.04.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

3. **СВД** **ДЛЯ** **УЧЕНИКОВ** **категории обучающихся 7-11 лет**

Выход (г)	Рецепт	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
		* Завтрак		
65	3	Бутерброды с сыром хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-20	20-06
150	125	Каша манная молочная жидкая * манная, мука манная, сахар-песок, масло сливочное, соль	Калорийность-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-22	10-22
30	-	Кондитерские изделия	Калорийность-120, Жиры-3, Углеводы-21	4-91
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
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Завтрак			Калорийность-644, Белки-14, Жиры-21, Углеводы-96	54-40
Итого за день			Калорийность-644, Белки-14, Жиры-21, Углеводы-96	54-40

Зав. столовой

Е.Ю.Грица

Директор ГКОУ «Колледж-интернат ст-цы Медведовской Капустина Е.Н.

24.04.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

4. ОВД и выс 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)
75	3,09	Бутерброды с сыром * хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное	Калорийность-232, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-20	26-86
200	125,01	Каша манная молочная жидкая * манная, крупа манная, сахар-песок, масло сливочное, соль	Калорийность-186, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29	13-34
50	-	Кондитерские изделия.	Калорийность-200, Жиры-5, Углеводы-35	8-19
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
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Завтрак			Калорийность-802, Белки-18, Жиры-28, Углеводы-117	67-60
Обед				
100	50	Винегрет овощной * картофель, свекла, огурцы соленые *, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	9-50
250	72	Рассольник ленинградский с мясом картофель, мясо говядины, огурцы соленые *, лук репчатый, морковь, масло растительное, лук репчатый, крупа перловая **, соль	Калорийность-197, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-17	35-95
200	174,01	Жаркое по домашнему. картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, лавровый лист	Калорийность-363, Белки-16, Жиры-22, Углеводы-20	77-84
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-1 058, Белки-34, Жиры-41, Углеводы-134	139-89
Итого за день			Калорийность-1 860, Белки-52, Жиры-69, Углеводы-251	207-49

Зав. организационным

Е.Ю. Гречина

24.04.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

1. ОВД для проживающих категорий обучающихся 7-11 лет

Выход (г)	Рецепт	Варианты меню	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
65 3	Бутерброды с сыром	Хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-20	20-06
150 125	Каша манная молочная жидкая *	Манка, мука манная, сахар-песок, масло сливочное, соль	Калорийность-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-22	10-22
30 -	Кондитерские изделия		Калорийность-120, Жиры-3, Углеводы-21	4-91
100 231	Фрукты свежие (яблоки)		Калорийность-44, Углеводы-10	7-28
200 264	Кофейный напиток с молоком	Манка, сахар-песок, кофейный напиток	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15	10-79
20 -	Хлеб ржаной *		Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-14
Итого за Завтрак			Калорийность-644, Белки-14, Жиры-21, Углеводы-96	54-40
Обед				
100 50	Винегрет овощной *	Картофель, свекла, огурцы соленые *, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	9-50
250 72	Рассольник ленинградский с мясом	Картофель, мясо говядины, огурцы соленые *, морковь, масло растительное, лук репчатый, укроп зеленый, соль	Калорийность-197, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-17	35-95
150 174	Жаркое по домашнему	Картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло растительное, вымоченная капуста, соль, душистый лист	Калорийность-272, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-15	58-42
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-900, Белки-28, Жиры-36, Углеводы-115	118-78
Полдник				
200 150	Сырники из творога *	Творог 9% жирности, манка, сахар-песок, мука пшеничная, сахар-песок, масло растительное, сметана, яйцо, соль	Калорийность-482, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-54	62-93
200 277	Кисель из яблок сушеных	Сахар-песок, сушеные яблоки, крахмал картофельный, кислота лимонная	Калорийность-134, Углеводы-33	5-65
Итого за Полдник			Калорийность-616, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-87	68-58
Ужин				
100 7	Салат из квашеной капусты с луком	Капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное	Калорийность-78, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	10-58
100 162	Котлеты рыбные любительские	Мясо, морковь, яйцо, манка, хлеб пшеничный, лук репчатый, соль	Калорийность-83, Белки-10, Жиры-1, Углеводы-6	26-66
25 349	Соус томатный с овощами *	Морковь, лук репчатый, вымоченная капуста, масло сливочное, мука пшеничная, соль, кислота лимонная, сахар-песок	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-2	3-15
150 114	Каша пшеничная рассыпчатая *	Мука пшеничная, масло сливочное, соль	Калорийность-202, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34	7-26
200 262	Чай с лимоном *	Сахар-песок, лимон, чай черный	Калорийность-41, Углеводы-10	2-55
40 -	Хлеб пшеничный *		Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-26
Итого за Ужин			Калорийность-522, Белки-20, Жиры-13, Углеводы-76	52-46
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-2829, Белки-96, Жиры-95, Углеводы-391	329-15

Директор ГКОУ «Школа-интернат ст-цы Медведовской
Капустина Е. П.

24.04.2025 неделя 1, день 4 (четверг)

1-4 класс для иных категорий обучающихся

Выход (г)	Документов	наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед				
100	50	Винегрет свиной* картофель, свекла, морковь, лук репчатый, мякоть, масло растительное, соль	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	11-04
250	72	Рассольник ленинградский с мясом картофель, мясо говядины, лук репчатый, морковь, масло растительное, лук репчатый, капуста пекинская, соль	Калорийность-197, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-17	46-45
150	174	Жаркое по домашнему картофель, мясо говядины, лук репчатый, морковь, масло растительное, лук репчатый, капуста пекинская, соль, лук репчатый, лук	Калорийность-272, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-15	76-21
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-900, Белки-28, Жиры-36, Углеводы-115	152-92
Итого за день			Калорийность-900, Белки-28, Жиры-36, Углеводы-115	152-92

Зав. учреждения
Е Ю Грехова