

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

06.05.2025 неделя 1, день 2 (вторник)

7-14 класс для иных категорий обучающихся

Выход (г)	Рецепт	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
100 37	Салат из свежих овощей с курагой и изюмом салат из свежих овощей, курага, изюм, растительное масло, соль	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-13	9-22
250 45	Суп картофельный с бобовыми картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	9-34
100 172	Печень по-строгановски * печень говяжья, соус сметанный с луком *30, масло растительное, соль	Калорийность-159, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-5	47-83
150 219	Каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая, масло сливочное, соль	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	92-22
Итого за день		Калорийность-939, Белки-35, Жиры-22, Углеводы-147	92-22

Зав. учреждения
Е.Ю. Гуреева

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

06.05.2025 неделя 1, день 2 (вторник)

4. ОВД аные категории обучающихся 12 и сарше лет

Выход	Рейснт	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
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-848, Белки-23, Жиры-32, Углеводы-116	80-65
Обед				
100	37	Салат из свеклы с курагой и изюмом свекла, яблоки, курага, масло растительное, соль	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-13	9-92
250	45	Суп картофельный с бобовыми картофель, фасоль, морковь, 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 грибами *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	11-35
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	89-80
Итого за день			Калорийность-1 896, Белки-61, Жиры-54, Углеводы-284	170-45

Для проверки

Е.Ю.Гришина

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

06.05.2025 неделя 1, день 2 (вторник)

3. ОВД. иные категории обучающихся 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
70 1	Бутерброд с маслом	Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	11-00
100 34	Салат витаминный (1-ый вариант)	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	16-35
150 138	Макароны с сыром	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	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

Зам. директора

Е.Ю.Гришанин

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

06.05.2025 неделя 1, день 2 (вторник)

2. ОВД для проживающих категорий обучающихся 12 и старше лет

Выход (г)	Рецепт	Нормативная таблица	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
75	1,01	Бутерброд с маслом. хлеб, 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, соевый соус	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	16-35
200	138	Макаронны с сыром * макаронны, 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	9-92
250	45	Суп картофельный с бобовыми картофель, морковь, 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 уксусом, 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	11-35
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-1048, Белки-38, Жиры-22, Углеводы-168	89-80
Полдник				
200	153,02	Пудинг из творога. творог 9%, сахар-песок, яйца, куриный желток, изюм, курага, лимонный сок, масло сливочное, сметана, ваниль, сливки	Калорийность-416, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-46	63-81
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	70-27
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 курица бройлер, соус сметанный 222 %, масло растительное, соль	Калорийность-152, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-2	24-02
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, лимон, 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	64-06
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-3045, Белки-110, Жиры-97, Углеводы-419	336-47

Зав. производств. Е.Ю.Григорьева

06.05.2025 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, лимонный сок	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, яблоки, курага, масло растительное, соль	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-13	9-92
250	45	Суп картофельный с бобовыми морковь, картофель, лук, 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	41-82
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	86-07
Полдник				
150	153,04	Пудинг из творога * творог 9% жирности, молоко сгущенное, яблоки, крупа манная, масло сливочное, сахар-песок, сахар-песок	Калорийность-302, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-33	46-42
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	51-51
Ужин				
80	18,01	Салат из свежих помидор * помидоры, лук репчатый, масло растительное, соль	Калорийность-57, Жиры-5, Углеводы-3	15-12
100	198,06	Птица тушеная в соусе цыпленок-бройлер, соус сметанный 222 *, масло растительное, соль	Калорийность-152, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-2	24-02
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	2-55
20	-	Хлеб пшеничный *	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-10	1-13
Итого за Ужин			Калорийность-430, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-38	57-01
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	293-23