

1. ОВД 7-11 проживающие

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
1 Завтрак			
30/25/5	Бутерброды с сыром 30/25/5* <small>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</small>	Калорийность-199, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-15	21-31
20	Кондитерские изделия 20гр*	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	3-80
200	Молоко кипяченое 200*	Калорийность-111, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10	13-60
Итого за 1 Завтрак			38-71
Завтрак			
200	Каша жидкая молочная из крупы овсяной 200гр* <small>молоко, крупа овсяная геркулес, масло сливочное, сахар-песок, соль</small>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-14	11-79
40	Яйца вареные 1шт*	Калорийность-61, Белки-5, Жиры-5	12-16
127	Фрукты свежие 100гр * 1	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-27	15-18
200	Кофейный напиток с молоком 200гр* <small>молоко, сахар-песок, кофейный напиток</small>	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18	10-62
20	Хлеб пшеничный 20*	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	0-91
Итого за Завтрак			50-66
Обед			
100	Овощи натуральные по сезону *	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4	9-00
250/0/2 5	Борщ с фасолью и картофелем с мясом 250/0/25* <small>мясо говядина, свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, сахар-песок, соль, кислота лимонная</small>	Калорийность-206, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-14	37-45
100/20	Птица тушеная в соусе 100/0/20* <small>цыпленок-бройлер, масло растительное, сметана, мука пшеничная, соль</small>	Калорийность-287, Белки-15, Жиры-23, Углеводы-2	47-73
150	Макаронные изделия отварные 150гр* <small>макаронны, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-34	6-21
200	Компот из смеси сухофруктов с аскорбиновой кислотой 200гр <small>сухофрукты, сахар-песок, кислота лимонная</small>	Калорийность-27, Углеводы-7	5-09
50	Хлеб пшеничный 50гр*	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	2-26
55	Хлеб ржаной 55гр*	Калорийность-112, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	2-44
Итого за Обед			110-18
Полдник			
50	Булочка ванильная 50* <small>мука пшеничная, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, дрожжи, соль</small>	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	6-79
100	Фрукты свежие (яблоки) 100гр*	Калорийность-47, Углеводы-10	14-52
200	Молоко кипяченое 200*	Калорийность-111, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10	13-60
Итого за Полдник			34-91
Ужин			
100	Салат из моркови и яблоками * <small>морковь, яблоки, масло растительное, сахар-песок, соль</small>	Калорийность-72, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	4-83
150	Запеканка картофельная с мясом 150гр* <small>картофель, мясо говядина, масло сливочное, лук репчатый, сахар пшеничный, яйцо, соль</small>	Калорийность-158, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-13	50-87
45	Хлеб пшеничный 45*	Калорийность-107, Белки-3, Углеводы-23	2-04
200	Сок фруктовый 200гр*	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-20	7-40
40	Хлеб ржаной 40гр*	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-77
Итого за Ужин			66-91
Второй ужин			
180	Кисломолочный напиток 180гр*	Калорийность-95, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7	11-70
Итого за Второй ужин			11-70
Итого за день			313-07

2. ОВД 12-18 проживающие

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
30/25/5	Бутерброды с сыром 30 /25 /5*	Калорийность-161, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-15	21-31
<small>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</small>			
200	Молоко кипяченое 200гр*	Калорийность-120, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	14-35
20	Кондитерские изделия 20гр*	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	3-80
Итого за 1 Завтрак		Калорийность-352, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-39	39-46
Завтрак			
200	Каша жидкая молочная из крупы овсяной 200гр*	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-14	11-78
<small>молоко, крупа овсяная геркулес, масло сливочное, сахар-песок, соль</small>			
40	Яйца вареные 1шт*	Калорийность-61, Белки-5, Жиры-5	12-19
125	Фрукты свежие 100гр * 1	Калорийность-120, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-26	14-98
200	Кофейный напиток с молоком 200гр*	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18	10-62
<small>молоко, сахар-песок, кофейный напиток</small>			
50	Хлеб пшеничный 50гр*	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	2-26
Итого за Завтрак		Калорийность-555, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-83	51-83
Обед			
100	Овощи натуральные по сезону *	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4	9-00
250/0/2 5	Борщ с фасолью и картофелем с мясом 250/0/25*	Калорийность-206, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-14	37-45
<small>мясо говядина, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, сахар-песок, соль, кислота лимонная</small>			
100/20	Птица тушеная в соусе 100/0/20*	Калорийность-287, Белки-15, Жиры-23, Углеводы-2	47-75
<small>цыпленок-бройлер, масло растительное, сметана, мука пшеничная, соль</small>			
200	Макаронные изделия отварные 200гр*	Калорийность-271, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-46	8-46
<small>макаронь, масло сливочное, соль</small>			
200	Компот из смеси сухофруктов с аркобиновой кислотой 200гр*	Калорийность-39, Углеводы-10	4-27
<small>сухофрукты, сахар-песок, кислота лимонная, аскорбиновая кислота</small>			
70	Хлеб пшеничный 70 гр*	Калорийность-166, Белки-5, Углеводы-35	3-17
55	Хлеб ржаной 55гр*	Калорийность-112, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	2-44
Итого за Обед		Калорийность-1105, Белки-44, Жиры-41, Углеводы-134	112-54
Полдник			
100	Булочка ванильная 100	Калорийность-206, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-31	11-81
<small>мука пшеничная, масло сливочное, сахар-песок, яйцо, дрожжи, соль, ванилин</small>			
110	Фрукты свежие 110		15-97
200	Молоко кипяченое 200гр*	Калорийность-120, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	14-35
Итого за Полдник		Калорийность-326, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-40	42-13
Ужин			
100	Салат из моркови с яблоками 100гр*	Калорийность-72, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	4-83
<small>морковь, яблоки, масло растительное, сахар-песок, соль</small>			
200	Запеканка картофельная с мясом 200гр*	Калорийность-210, Белки-4, Жиры-11, Углеводы-54	58-50
<small>картофель, мясо говядина, лук репчатый, суарри паприковочные, масло растительное, масло сливочное, соль</small>			
200	Сок фруктовый 200гр*	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-20	7-40
50	Хлеб пшеничный 50гр*	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	2-26
50	Хлеб ржаной 50гр*	Калорийность-102, Белки-3, Углеводы-21	2-21
Итого за Ужин		Калорийность-585, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-128	75-20
Второй ужин			
215	Кисломолочный напиток 200гр*	Калорийность-114, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-9	13-98
Итого за Второй ужин		Калорийность-114, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-9	13-98
Итого за день		Калорийность-3037, Белки-109, Жиры-106, Углеводы-433	335-14

И.О. Директора ГКОУ КК
школа-интернат ст-цы Медведовской
Шубин А.А. ГКОУ КК

05.10.2023

3. ОВД 7-11 приезжающие

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Завтрак</i>			
200	Каша жидкая молочная из крупы овсяной 200гр* <small>молоко, крупа овсяная геркулес, масло сливочное, сахар-песок, соль</small>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-14	11-80
40	Яйца вареные 1шт*	Калорийность-61, Белки-5, Жиры-5	12-14
127	Фрукты свежие 100гр * 1	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-27	15-18
200	Кофейный напиток с молоком 200гр* <small>молоко, сахар-песок, кофейный напиток</small>	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18	10-62
20	Хлеб пшеничный 20*	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	0-91
Итого за Завтрак		Калорийность-486, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-69	50-65
Итого за день		Калорийность-486, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-69	50-65

Медведова



Соволовская
Ю.Ю.

7. Приезжающие 1-4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Обед</i>			
100	Овощи натуральные по сезону *	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4	12-00
250/0/2 5	Борщ с фасолью и картофелем с мясом 250/0/25* <small>мясо говядина, свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, сахар-песок, соль, кислота лимонная</small>	Калорийность-206, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-14	42-84
150	Макаронные изделия отварные 150гр* <small>макаронны, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-198, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-34	5-77
50	Хлеб пшеничный 50гр*	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	2-26
55	Хлеб ржаной 55гр*	Калорийность-112, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	2-44
55/45	Птица тушеная в соусе 55/0/45* <small>цыпленок-бройлер, соус сметанный рецепт 330, масло растительное, соль</small>	Калорийность-234, Белки-12, Жиры-19, Углеводы-1	16-41
200	Компот из смеси сухофруктов с аскорбиновой кислотой 200гр* <small>сухофрукты, сахар-песок, кислота лимонная, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-39, Углеводы-10	4-31
Итого за Обед		Калорийность-931, Белки-38, Жиры-35, Углеводы-111	86-03
Итого за день		Калорийность-931, Белки-38, Жиры-35, Углеводы-111	86-03

Медсестра



Сомоловская
Ю.Ю.

4. ОВД 12-18 приезжающие

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
194	Каша жидкая молочная из крупы овсяной 200гр* <small>молоко, крупа овсяная геркулес, масло сливочное, сахар-песок, соль</small>	Калорийность-143, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-13	11-77
40	Яйца вареные 1шт*	Калорийность-61, Белки-5, Жиры-5	12-14
132	Фрукты свежие 100гр * 1	Калорийность-127, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-28	6-23
200	Кофейный напиток с молоком 200гр* <small>молоко, сахар-песок, кофейный напиток</small>	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18	10-62
50	Хлеб пшеничный 50гр*	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	2-26
Итого за Завтрак		Калорийность-558, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-84	43-02
Обед			
100	Овощи натуральные по сезону *	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4	9-00
250/0/2 5	Борщ с фасолью и картофелем с мясом 250/0/25* <small>мясо говядина, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, сахар-песок, соль, кислота лимонная</small>	Калорийность-206, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-14	37-45
100/0/2 0	Птица тушеная в соусе 100 /0 /20* <small>цыпленок-бройлер, соус сметанный рецепт 330, масло растительное, соль</small>		46-82
200	Макаронные изделия отварные 200гр* <small>макаронь, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-271, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-46	8-46
200	Компот из смеси сухофруктов с аскорбиновой кислотой 200гр* <small>сухофрукты, сахар-песок, кислота лимонная, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-39, Углеводы-10	4-26
70	Хлеб пшеничный 70 гр*	Калорийность-166, Белки-5, Углеводы-35	3-17
55	Хлеб ржаной 55гр*	Калорийность-112, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	2-44
Итого за Обед		Калорийность-818, Белки-29, Жиры-18, Углеводы-132	111-60
Итого за день		Калорийность-1 376, Белки-48, Жиры-34, Углеводы-216	154-62

Медведова



Сокколова
Ю.Ю.