

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

10.10.2025 неделя 1, день 5 (пятница)

1. ОВД для проживающих категорий обучающихся 7-11 лет

Выход (г)	Процент	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак				
200	86	Суп молочный с макаронными изделиями Макарон., Макароны, Масло сливочное, Сметана-жирная, соль	Калорийность-71, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-6	10-50
10	10	Масло (порциями)	Калорийность-66, Жиры-7	7-20
40	143	Яйца вареные *	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	11-04
30	-	Кондитерские изделия	Калорийность-115, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-22	4-65
200	264	Кофейный напиток с молоком Молоко, Сметана-жирная, Кофейный напиток	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	11-32
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	2-83
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	1-14
Итого за Завтрак			Калорийность-601, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-78	48-68
Обед				
100	34	Салат витаминный (1-ый вариант) Помидоры, огурцы, яблоки, морковь, Апельс. растительное, Зира молот., соль	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	15-96
250	62,01	Борщ с картофелем и капустой **. Свиная, Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, томатная паста, Масло растительное, Сметана-жирная, соль	Калорийность-128, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	11-31
150	174	Жаркое по домашнему Картофель, Апельс. растительное, Лук репчатый, Масло растительное, Мякоть говядины, соль, Лавровый лист	Калорийность-272, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-15	67-02
200	236	Компот из фруктов Яблоки, Сметана-жирная, Кисломол. напиток	Калорийность-133, Углеводы-32	2-73
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	10-10
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	2-83
20	-	Хлеб ржаной *	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	1-14
Итого за Обед			Калорийность-823, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-111	111-09
Итого за день			Калорийность-1 424, Белки-42, Жиры-51, Углеводы-189	159-77

Зел. печать

Е.Ю. Гуркина

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

10.10.2025 неделя 1, день 5 (пятница)

2. ОВТ 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				
250	86,02	Суп молочный с макаронными изделиями ** картофель, макароны, масло сливочное, сахар-песок, соль	Калорийность-89, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-8	13-52
10	10	Масло (порциями)	Калорийность-66, Жиры-7	7-20
40	143	Яйца вареные *	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	11-04
30	-	Кондитерские изделия	Калорийность-115, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-22	4-65
200	264	Кофейный напиток с молоком молоко, сахар-песок, кофейный напиток	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	11-32
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	2-83
30	-	Хлеб ржаной*.	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15	1-71
Итого за Завтрак			Калорийность-644, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-85	52-27
Обед				
100	34	Салат витаминный (1-ый вариант) помидоры, огурцы, яблоки, морковь, масло растительное, лук, соль	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	15-96
250	62,01	Борщ с картофелем и капустой** свекла, картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, томатное пюре, масло растительное, сахар-песок, соль	Калорийность-128, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	11-31
200	174,03	Жаркое по домашнему** картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло растительное, томатное пюре, соль, душистый перец	Калорийность-363, Белки-16, Жиры-22, Углеводы-20	89-33
200	236	Компот из фруктов яблоки, сахар-песок, лимонная кислота	Калорийность-133, Углеводы-32	2-73
100	231	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-44, Углеводы-10	10-10
50	-	Хлеб пшеничный.	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	2-83
30	-	Хлеб ржаной*.	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15	1-71
Итого за Обед			Калорийность-940, Белки-28, Жиры-34, Углеводы-121	133-97
Итого за день			Калорийность-1584, Белки-49, Жиры-56, Углеводы-206	186-24

Зав. учреждения
Е.Ю. Прохорова