

Утверждаю:
Директор ГКОУ КК
школы-интернат

_____ А.А. Детко

2 неделя Четверг 21.10.2021				
I завтрак	Выход продуктов/ккал			
	7-10 лет		11-18 лет	
Рыба, тушеная с овощами	1/109	101,07	1/120	121,07
Картофельное пюре	1/180	206,97	1/180	206,97
Салат из вареной свеклы с фасолью	1/80	126,8	1/100	126,8
Чай с лимоном	1/200	50,12	1/200	50,12
Хлеб пшеничный ,ржано-пшеничный со сл. маслом	1/70/10	76/90	1/100/12	76/90
Итого калорийность (ккал)		650,93		670,96
Обед				
Суп рисовый	1/250	284,78	1/300	485,0
Капуста ,тушеная с птицей	1/250	187,16	1/300	250,0
Компот	1/200	113,79	1/200	113,79
Хлеб ржано- пшеничный, пшеничный	1/30/40	76,0	1/40/60	76,0
Итого калорийность (ккал)		661,73		924,79
Полдник				
Кефир	1/150	81,0	1/180	97,2
Булочка с сыром	1/50	104,0	1/50/22	141,4
Итого калорийность (ккал)		185,0		238,6
Ужин				
Каша молочная рисовая	1/250	227,16	1/250	227,16
Ватрушка с творогом	1/100	419,07	1/120	464,07
Сок	1/200	110,0	1/200	110,0
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	1/30/40	76,0	1/40/60	76,0
Итого калорийность (ккал)		832,23		987,23
Второй ужин				
Яблоки	1/200	28,0	1/200	28,0
Итого калорийность (ккал)		28,0		28,0
Итого калорийность за день		2357,92		2995,37