

Утверждаю:
Директор ГКОУ КК
школы-интернат

_____ А.А. Детко

2 неделя				
Вторник 07.12.21.				
I завтрак	Выход продуктов/ккал			
	7-10 лет		11-18 лет	
Рыба жареная	1/125	143,75	1/180	173,75
Каша ячневая с луком	1/130	160,77	1/130	160,77
Салат из зеленого горошка	1/32	29,1	1/32	29,1
Чай с сахаром	1/200	45,12	1/200	45,12
Хлеб пшеничный ,ржано-пшеничный со сл. маслом	1/80/10	76/90	1/110/12	76/90
Итого калорийность (ккал)		544,74		574,74
Обед				
Щи из свежей капусты	1/250	199,2	1/300	219,2
Куриные оладьи	1/80	386,09	1/130	456,09
Картофельное пюре	1/180	206,97	1/180	206,97
Икра свекольная	1/130	239,18	1/130	239,18
Компот	1/200	113,79	1/200	113,79
Хлеб ржано- пшеничный, пшеничный	1/30/50	76,0	1/40/70	76,0
Итого калорийность (ккал)		1221,23		1311,23
Полдник				
Кефир	1/140	81,0	1/165	97,2
Булочка с сыром	1/50/18	104,0	1/50/22	141,4
Итого калорийность (ккал)		185,0		238,6
Ужин				
Суп молочный с макаронными изделиями	1/230	246,87	1/250	246,87
Запеканка рисовая с изюмом и сгущенным молоком	1/130	396,83	1/150	436,0
Сок	1/200	110,0	1/200	110,0
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	1/30/50	76,0	1/40/70	76,0
Итого калорийность (ккал)		829,7		828,87
Второй ужин				
Яблоки	1/200	28,0	1/200	28,0
Итого калорийность за день		2808,67		2981,41