

Утверждаю:
Директор ГКОУ КК
школы-интернат

2 неделя Понедельник 20.12.2021				
I завтрак	Выход продуктов/ккал			
	7-10 лет		11-18 лет	
Каша перловая рассыпчатая	1/130	175,87	1/130	212,699
Печень, тушенная в томате	1/130	144,0	1/150	184,0
Соленый помидор	1/75	126,8	1/95	136,8
Чай с сахаром	1/200	45,12	1/200	45,12
Хлеб пшеничный ,ржано-пшеничный со сл. маслом	1/70/10	76,0/90,0	1/120/12	76,/90,0
Итого калорийность (ккал)		657,79		738,619
Обед				
Борщ украинский	1/250	101,11	1/300	104,16
Плов с мясом	1/145	366,42	1/170	431,42
Салат из свежей капусты с соленым огурцом	1/90	121,74	1/100	141,74
Кефир	1/150	81,0	1/180	97,2
Хлеб ржано- пшеничный, пшеничный	1/20/50	76,0	1/50/70	76,0
Итого калорийность (ккал)		746,27		850,52
Полдник				
Кипяченое молоко	1/190	106,0	1/190	106,0
Печенье	1/15	52,2	1/25	52,2
Итого калорийность (ккал)		158,2		158,2
Ужин				
Каша пшеничная молочная	1/250	246,87	1/250	246,87
Запеканка творожно-манная	1/100	395,22	1/120	551,22
Компот	1/200	113,79	1/200	113,79
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	1/30/50	76,0	1/50/70	76,0
Итого калорийность (ккал)		831,88		987,88
Второй ужин				
Яблоки	1/150	28,0	1/150	28,0
Сок	1/200	110,0	1/200	110,0
Итого калорийность (ккал)		138,0		138,0
Итого калорийность (ккал) за день		2532,14		2767,559