

Утверждаю:  
 Директор ГКОУ КК  
 школы-интернат

\_\_\_\_\_ А.А. Детко

| <b>1 неделя</b>                               |                             | <b>Пятница 01.10.21</b> |                  |         |
|---|-----------------------------|-------------------------|------------------|---------|
| <b>I завтрак</b>                              | <b>Выход продуктов/ккал</b> |                         |                  |         |
|   | <b>7-10 лет</b>             |                         | <b>11-18 лет</b> |         |
| Омлет с жареным картофелем                    | 1/120                       | 350,54                  | 1/120            | 410,54  |
| Салат из свежей капусты с луком               | 1/120                       | 121,74                  | 1/120            | 141,74  |
| Кофейный напиток с молоком                    | 1/200                       | 79,0                    | 1/200            | 79,0    |
| Хлеб пшеничный ,ржано-пшеничный со сл. маслом | 1/85/10                     | 76,0/90                 | 1/105/12         | 76/90,0 |
| <b>Итого калорийность (ккал)</b>              |                             | 797,28                  |                  | 797,28  |
| <b>Обед</b>                                   |                             |                         |                  |         |
| Борщ со сметаной                              | 1/250                       | 101,11                  | 1/300            | 104,16  |
| Каша гречневая рассыпчатая                    | 1/110                       | 161,46                  | 1/110            | 161,46  |
| Гуляш из свинины                              | 1/110                       | 297,0                   | 1/120            | 297,0   |
| Кисель  | 1/200                       | 126,0                   | 1/200            | 126,0   |
| Хлеб ржаной пшеничный, пшеничный              | 1/30/55                     | 76,0                    | 1/60/45          | 76,0    |
| <b>Итого калорийность (ккал)</b>              |                             | 761,57                  |                  | 764,62  |
| <b>Полдник</b>                                |                             |                         |                  |         |
| Кефир   | 1/150                       | 81,0                    | 1/180            | 97,2    |
| Печенье                                       | 1/20                        | 52,2                    | 1/25             | 52,2    |
| Яблоки  | 1/190                       | 28,0                    | 1/190            | 28,0    |
| <b>Итого калорийность (ккал)</b>              |                             | 161,2                   |                  | 177,4   |
| <b>Итого калорийность (ккал) за день</b>      |                             | 1720,05                 |                  | 1738,1  |