

Утверждаю:
 Директор ГКОУ КК
 школы-интернат

_____ А.А. Детко

1 неделя		Вторник 28.09.21			
I завтрак	Выход продуктов/ккал				
	7-10 лет		11-18 лет		
Каша молочная манная	1/250	222,02	1/250	252,02	
Запеканка творожно-рисовая со сметаной	1/100	334,32	1/120	364,32	
Чай с сахаром	1/200	45,12	1/200	45,12	
Хлеб пшеничный ,ржано-пшеничный со сл. маслом	1/80/10	76/90	1/100/12	76/90	
Итого калорийность (ккал)		767,46		827,46	
Обед					
Суп гороховый	1/250	147,2	1/300	267,2	
Рагу из птицы	1/200	166,42	1/300	266,42	
Компот	1/200	113,79	1/200	113,79	
Салат из помидоров с луком	1/100	136,8	1/100	136,8	
Хлеб ржаной пшеничный, пшеничный	1/30/50	76,0	1/40/70	76,0	
Итого калорийность (ккал)		640,21		860,21	
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					
Рыбные котлеты в томате	1/120	345,38	1/250	652,62	
Рис отварной	1/110	206,97	1/120	206,97	
Свежий огурец	1/75	126,8	1/95	136,8	
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)		865,15		1182,39	
Второй ужин					
Яблоки	1/150	28,0	1/200	28,0	
Итого калорийность за день		2465,82		3136,16	