

Утверждаю
 Директор ГКОУ КК школы –
 интерната ст-цы Крыловской
 _____ А.А.Детко

1 неделя Четверг 30.09.2021				
I завтрак	Выход продуктов/ккал			
	7-10 лет		11-18 лет	
Рыба, тушенная 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	116,08	1/100	126,8
Чай с сахаром	1/200	45,12	1/200	45,12
Хлеб пшеничный ,ржано-пшеничный со сл. маслом, сыром	1/70/10/ 8,2	76/90/31 ,4	1/100/1 2 ,14	76/90/37 ,6
Итого калорийность (ккал)		631,99		703,56
Обед				
Суп картофельный с клецками	1/250	246,64	1/300	261,94
Котлета из свинины	1/80	361,45	1/100	459,2
Капуста ,тушенная с картофелем	1/200	87,16	1/250	100,16
Компот	1/200	113,79	1/200	113,79
Хлеб ржаной пшеничный, пшеничный	1/30/40	76,0	1/40/60	76,0
Итого калорийность (ккал)		885,04		1011,09
Полдник				
Ряженка	1/150	81,0	1/180	97,2
Печенье	1/15	52,2	1/25	52,2
Итого калорийность (ккал)		133,2		149,4
Ужин				
Каша молочная рисовая	1/230	227,16	1/250	227,16
Сырники со сгущенным молоком	1/90	515,51	1/130	611,62
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)		928,67		1134,78
Второй ужин				
Яблоки	1/200	28,0	1/200	28,0
Итого калорийность (ккал)		28,0		28,0
Итого калорийность за день		2606,9		3026,83