

Утверждаю:  
 Директор ГКОУ КК  
 школы-интернат

\_\_\_\_\_ А.А. Детко

<b>1 неделя</b>		<b>Среда 29.09.21</b>			
<b>I завтрак</b>	<b>Выход продуктов/ккал</b>				
	<b>7-10 лет</b>		<b>11-18 лет</b>		
Яйцо вареное	1/1	62,8	1/1	62,8	
Икра кабачковая	1/25	6,8	1/25	6,8	
Каша пшеничная с подливой	1/130	154,52			
Какао	1/200	105,71	1/200	195,71	
Хлеб пшеничный ,ржано-пшеничный со сл. маслом	1/70/10	76/90	1/100/12	76/90	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		520,08		632,51	
<b>Обед</b>					
Борщ с фасолью кубанский	1/250	12608	1/300	164,16	
Тефтели в томате	1/80	196,14	1/150	226,21	
Картофельное пюре	1/180	206,97	1/150	154,52	
Салат из свежей капусты с с зеленым горошком	1/90	121,74	1/130	136,8	
Компот	1/200	113,79	1/200	113,79	
Хлеб ржаной пшеничный, пшеничный	1/30/40	76,0	1/40/60	76,0	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		841,44		871,48	
<b>Полдник</b>					
Ряженка	1/150	81,0	1/180	97,2	
Булочка с сыром	1/50/18	104,0	1/25	52,2	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		185,0		149,4	
<b>Ужин</b>					
Каша пшенная молочная	1/250	241,11	1/250	283,11	
Пирог песочный с творогом	1/100	406,8	1/130	476,001	
Сок	1/200	110,0	1/200	110,0	
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	1/30/50	76,0	1/40/60	76,0	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		833,91		945,111	
<b>Второй ужин</b>					
Яблоки	1/200	28,0	1/200	28,0	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		28,0		138,0	
<b>Итого калорийность (ккал) за день</b>		2408,43		2760,02	