

Утверждаю:  
 Директор ГКОУ КК  
 школы-интернат

\_\_\_\_\_ А.А. Детко

<b>2 неделя</b>		<b>Четверг 07.10.2021</b>			
<b>I завтрак</b>	<b>Выход продуктов/ккал</b>				
	<b>7-10 лет</b>		<b>11-18 лет</b>		
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	126,8	1/100	126,8	
Чай с лимоном	1/200	50,12	1/200	50,12	
Хлеб пшеничный ,ржано-пшеничный со сл. маслом	1/70/10	76/90	1/100/ 12	76/90	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		650,93		670,96	
<b>Обед</b>					
Суп рисовый	1/250	284,78	1/300	485,0	
Капуста ,тушенная с птицей	1/250	187,16	1/300	250,0	
Компот	1/200	113,79	1/200	113,79	
Хлеб ржано- пшеничный, пшеничный	1/30/40	76,0	1/40/6 0	76,0	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		661,73		924,79	
<b>Полдник</b>					
Кефир	1/150	81,0	1/180	97,2	
Булочка с сыром	1/50	104,0	1/50/2 2	141,4	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		185,0		238,6	
<b>Ужин</b>					
Каша молочная рисовая	1/250	227,16	1/250	227,16	
Ватрушка с творогом	1/100	419,07	1/120	464,07	
Сок	1/200	110,0	1/200	110,0	
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	1/30/40	76,0	1/40/6 0	76,0	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		832,23		987,23	
<b>Второй ужин</b>					
Яблоки	1/200	28,0	1/200	28,0	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		28,0		28,0	
<b>Итого калорийность за день</b>		2357,92		2995,37	