

Утверждаю:  
 Директор ГКОУ КК школы-интерната ст-цы Крыловской

\_\_\_\_\_ А.А. Детко

<b>2 неделя</b>		<b>Вторник 21.09.21.</b>			
<b>I завтрак</b>	<b>Выход продуктов/ккал</b>				
	<b>7-10 лет</b>		<b>11-18 лет</b>		
Рыба жареная	1/125	143,75	1/180	173,75	
Каша ячневая с луком	1/130	160,77	1/130	160,77	
Салат из зеленого горошка	1/32	29,1	1/32	29,1	
Чай с сахаром	1/200	45,12	1/200	45,12	
Хлеб пшеничный ,ржано-пшеничный со сл. маслом	1/80/10	76/90	1/110/12	76/90	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		544,74		574,74	
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты	1/250	199,2	1/300	219,2	
Куриные оладьи	1/80	386,09	1/130	456,09	
Картофельное пюре	1/180	206,97	1/180	206,97	
Икра свекольная	1/130	239,18	1/130	239,18	
Компот	1/200	113,79	1/200	113,79	
Хлеб ржано- пшеничный, пшеничный	1/30/50	76,0	1/40/70	76,0	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		1221,23		1311,23	
<b>Полдник</b>					
Кефир	1/140	81,0	1/165	97,2	
Булочка с сыром	1/50/18	104,0	1/50/22	141,4	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		185,0		238,6	
<b>Ужин</b>					
Суп молочный с макаронными изделиями	1/230	246,87	1/250	246,87	
Запеканка рисовая с изюмом и сгущенным молоком	1/130	396,83	1/150	436,0	
Сок	1/200	110,0	1/200	110,0	
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	1/30/50	76,0	1/40/70	76,0	
<b>Итого калорийность (ккал)</b>		829,7		828,87	
<b>Второй ужин</b>					
Яблоки	1/200	28,0	1/200	28,0	
<b>Итого калорийность за день</b>		2808,67		2981,41	