

Утверждаю:
 Директор ГКОУ КК
 школы-интернат

_____ А.А. Детко

1 неделя		Среда 15.09.2021			
I завтрак	Выход продуктов/ккал				
	7-10 лет		11-18 лет		
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	1/150	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	
Итого калорийность (ккал)		520,08		585,83	
Обед					
Борщ с фасолью кубанский	1/250	12608	1/300	164,16	
Тефтели в томате	1/90	196,14	1/100	226,21	
Картофельное пюре	1/180	206,97	1/150	154,52	
Салат из свежей капусты с зеленым горошком	1/90	121,74	1/130	136,8	
Компот	1/200	113,79	1/200	113,79	
Хлеб ржано- пшеничный, пшеничный	1/30/40	76,0	1/40/60	76,0	
Итого калорийность (ккал)		841,44		871,48	
Полдник					
Кефир	1/150	81,0	1/180	97,2	
Булочка с сыром	1/50/18	104,0	1/25	52,2	
Итого калорийность (ккал)		185,0		149,4	
Ужин					
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	
Итого калорийность (ккал)		833,91		945,111	
Второй ужин					
Яблоки	1/200	28,0	1/200	28,0	
Итого калорийность (ккал)		28,0		138,0	
Итого калорийность (ккал) за день		2408,43		2760,02	