Утверждаю:
Директор ГКОУ КК
школа-интернат ст-цы Крыловской
О.В.Мандрыкина

		1 неделя День 5							Пятница 11.04.25					
			7-11 лет						12-18 лет					
№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	**Вес блюда ,г**	**Ккал**	**белки**	**жиры**	**углеводы**	**Стоимость ,руб**	**Вес блюда ,г**	**Ккал**	**белки**	**жиры**	**углеводы**	**Стоимость ,руб**
		Завтрак												
1	276	Омлет с отварным картофелем	1/230	284,5	11	13,55	29.42	22,94	1/250	338,95	13,3	17,7	30,12	24,96
2	1	Салат из квашеной капусты с луком	1/120	112,8	1,74	7,2	10,08	20,05	1/120	112,8	1,74	7,2	10,08	20,05
3	465	Кофейный напиток с молоком	1/180	88,0	2,8	2,5	13,6	14,27	1/180	88,0	2,8	2,5	13,6	21,86
4	575	Хлеб ржано-пшеничный	1/30	60,0	2,06	0,39	12,06	2,10	1/45	73,1	3,42	0,7	15,6	3,15
5	573	Хлеб пшеничный	1/55	130,0	4,2	0,44	24,9	3,00	1/60	142,0	4,92	0,49	25,03	3,27
6	79	Масло сливочное	1/10	66,1	0,08	7,25	0,13	11,91	1/12	72,3	0,09	8,7	0,15	14,30
		Итого: выход, калорийность (ккал)	1/625	741,4	21,88	31,33	90,19	74,27	1/667	827,15	26,27	37,29	94,58	87,59
		Обед												
1	95	Борщ с капустой и картофелем	1/230	275,0	1,85	4,425	42,015	36,89	1/250	278,0	1,86	4,43	42,1	41,28
2	202	Каша гречневая рассыпчатая	1/150	343,3	16,85	13,175	39,945	9,39	1/180	433,7	18,04	17,01	62,02	12,89
3	327	Гуляш из отварного мяса свинины	1/110	230,7	23,52	23,3	62,81	39,74	1/120	320,0	27,9	25,36	75,32	46,96
4	476	Кисель из свежих яблок	1/180	181,85	0,2	0,02	26,4	8,47	1/180	181,85	0,2	0,02	26,4	8,44
5	575	Хлеб ржано-пшеничный	1/30	60,0	2,06	0,39	12,06	2,10	1/45	73,1	3,42	0,7	15,6	3,15
6	573	Хлеб пшеничный	1/55	130,0	4,2	0,44	24,9	3,00	1/60	142,0	4,92	0,49	25,03	3,27
		Итого: выход, калорийность (ккал)	1/755	1220,85	48,68	41,75	208,13	99,59	1/835	1428,65	56,34	48,01	246,47	115,99
		Полдник												
1	470	Ряженка	1/150	75,75	4,35	3,75	6	19,91	1/180	90,9	5,22	4,5	7,2	23,90
2	582	Печенье	1/20	83	1,41	1,49	14,88	3,00	1/25	91,5	1,47	1,5	18,75	3,75
3	82	Яблоко	1/130	129	0,68	0,68	15,8	14,50	1/133	180	0,7	0,7	16	14,00
		Итого	1/300	287,75	6,44	5,92	36,68	37,41	1/338	362,4	7,39	6,7	41,95	41,65
		Итого за день	1680	2250	77	79	335	211,27	1840	2618	90	92	383	245,23