



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

|       |            | 2 неделя                      день 10                      Пятница 16.05.25 |              |        |        |        |          |                |              |         |        |        |          |                |
|-------|------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------|--------|--------|--------|----------|----------------|--------------|---------|--------|--------|----------|----------------|
|       |            | Завтрак                                                                     | 7-11 лет     |        |        |        |          |                | 12-18 лет    |         |        |        |          |                |
| № п/п | № рецептур | Наименование блюд                                                           | Вес блюда ,г | Ккал   | белки  | жиры   | углеводы | Стоимость ,руб | Вес блюда ,г | Ккал    | белки  | жиры   | углеводы | Стоимость ,руб |
| 1     | 268        | Омлет натуральный                                                           | 1/165        | 104,0  | 5,6    | 8,5    | 1,4      | 23,24          | 1/200        | 138,6   | 6      | 11,3   | 1,8      | 25,49          |
| 2     | 256        | Макаронные изделия отварные                                                 | 1/160        | 430,5  | 10,255 | 14,95  | 49,55    | 10,24          | 1/180        | 586,2   | 14,695 | 15,595 | 52,3     | 10,74          |
| 3     | 148        | Огурец свежий                                                               | 1/95         | 8,25   | 0,525  | 0,07   | 1,425    | 10,00          | 1/100        | 8,25    | 0,7    | 0,075  | 1,425    | 10,50          |
| 4     | 466        | Кофейный напиток на сгущенном молоке                                        | 1/200        | 115,0  | 2,6    | 3,2    | 19       | 10,97          | 1/200        | 115,0   | 2,6    | 3,2    | 19,0     | 17,45          |
| 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     | 3,19           |
| 6     | 573        | Хлеб пшеничный                                                              | 1/55         | 130,0  | 4,2    | 0,44   | 24,9     | 3,00           | 1/65         | 142,0   | 4,92   | 0,49   | 25,03    | 3,77           |
| 7     | 79         | Масло сливочное                                                             | 1/10         | 66,1   | 0,08   | 7,25   | 0,13     | 12,70          | 1/12         | 72,3    | 0,09   | 8,7    | 0,15     | 15,23          |
|       |            | <b>Итого: выход, калорийность (ккал)</b>                                    | 1/715        | 913,85 | 25,32  | 34,8   | 108,465  | 72,25          | 1/802        | 1135,45 | 32,425 | 40,06  | 115,305  | 86,37          |
|       |            | <b>Обед</b>                                                                 |              |        |        |        |          |                |              |         |        |        |          |                |
| 1     | 95         | Борщ с капустой и картофелем                                                | 1/230        | 275,0  | 1,85   | 4,425  | 42,015   | 48,70          | 1/250        | 278,0   | 1,86   | 4,43   | 42,1     | 53,44          |
| 2     | 328        | Жаркое по-домашнему с мясом                                                 | 1/200        | 281,55 | 35,93  | 27,005 | 81,38    | 66,45          | 1/203        | 291,2   | 38,685 | 33,4   | 113,115  | 72,78          |
| 3     | 5          | Салат из молодой капусты с зеленым горошком                                 | 1/80         | 70,0   | 1      | 6      | 3,1      | 12,45          | 1/100        | 81,0    | 1,1    | 6,2    | 3,5      | 14,26          |
| 4     | 476        | Кисель из свежих яблок                                                      | 1/180        | 181,85 | 0,2    | 0,02   | 26,4     | 7,73           | 1/180        | 181,85  | 0,2    | 0,02   | 26,4     | 7,67           |
| 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     | 3,19           |
| 6     | 573        | Хлеб пшеничный                                                              | 1/55         | 130,0  | 4,2    | 0,44   | 24,9     | 3,00           | 1/65         | 142,0   | 4,92   | 0,49   | 25,03    | 3,77           |
|       |            | <b>Итого: выход, калорийность (ккал)</b>                                    | 1/775        | 998,4  | 45,24  | 38,28  | 189,855  | 140,43         | 1/843        | 1047,15 | 50,185 | 45,24  | 225,745  | 155,11         |
|       |            | <b>Полдник</b>                                                              |              |        |        |        |          |                |              |         |        |        |          |                |
| 1     | 470        | Ряженка                                                                     | 1/150        | 75,75  | 4,35   | 3,75   | 6        | 20,00          | 1/180        | 90,9    | 5,22   | 4,5    | 7,2      | 24,00          |
| 2     | 582        | Печенье                                                                     | 1/20         | 83     | 1,41   | 1,49   | 14,88    | 4,00           | 1/25         | 91,5    | 1,47   | 1,5    | 18,75    | 5,65           |
| 3     | 82         | Яблоко                                                                      | 1/130        | 129    | 0,68   | 0,68   | 15,8     | 14,50          | 1/133        | 180     | 0,7    | 0,7    | 16       | 14,15          |
|       |            | <b>Итого</b>                                                                | 1/300        | 287,75 | 6,44   | 5,92   | 36,68    | 38,50          | 1/338        | 362,4   | 7,39   | 6,7    | 41,95    | 43,80          |
|       |            | <b>Итого за день</b>                                                        | 1/1790       | 2200   | 77     | 79     | 335      | 251,18         | 1/1983       | 2545    | 90     | 92     | 383      | 285,28         |

