

Горячее питание 7-11 лет

Утверждаю Директор ГКОУ АО

«Енотаевская общеобразовательная школа – интернат»

19 ав густа доль г

No	Наименование блюда	Возрас	Bed		Пищ	евые веще	ства	Калорийность	
реце пт	танменование олюда	Бозрас	порц	ии Б		Ж	У	remoprimiers	
			1 ден	НЬ					
			Завтр	ак					
54- 6к	Каша вязкая молочная пшенн	зя 7-11	220) 8,5	5	11,7	43,5	313,2	
693	Какао с молоком	7-11	200	3,0	6	3,6 0,7	22,8	135 117,4	
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4			23,8		
14- 01	Масло	7-11	10	0,	1	7,2	0,14	66,0	
54-13	Сыр	7-11	15	3,3	3	4,4	0,00	54,0	
	итого	7-11	505,0	00 19,:	53	27,6	90,24	685,6	
No	Наименование блюда	Возраст	Bec	Пище	евые	вещества		Калорийность	
рецеп	^		орции	Б)	К !	y		
			2 ден	НЬ				9	
	,		Завтр	ак					
311	Каша манная молочная	7-11	220	6,10	7,	40 30	,70	211,99	
694	Какао со сгущенным молоком	7-11	200	3,5	3.	,4 22	2,3	130	

Директор ГКОУ АО
«Енотаевская общеобразовательная школа – интернат»
Н.И. Стрелкова

No	Наименование блюда		Возр	аст	Bec		Пип	цевые	веще	ства		. Калорийн	JOCTL
реце пт	панменование олюда				торции]	6	Ж	•	3		Калории	юств
				1 ден	вь 1 нед	целя							
				3	автрак								
54- 6к	Каша вязкая молочная пшенная		7-11 220		220	8	8,5		.7	43	3,5	313,2	1
693	Какао с молоком	Какао с молоком		1	200	3	,6	3,	6	22	2,8	135	
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		7-11 60			4 0,7		7	23,8		117,4	
14- 01	Масло		7-11		10	0	,1	7,	2	0,	14	66,0	
54-1з	Сыр		7-1	1	15	3	,3	4,	4	0,	00	54,0	
	ИТОГО		7-1	1	505,00	19	,53	27,	,6	90	,24	685,6	j
№	Наименование блюда	Воз	вераст Вес			Пиш	цевые	веще	ства		Кал	орийность	
рецепт	Γ			порци	ии	Б		Ж	7	7			
		2 де	НЬ	_					_				
Завтрак													
311					(5,10	7	,40	30,70		211,99		
694	Какао со сгущенным молоком	7-	-11	200		3,5	3	3,4	22	,3	130		

	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66
	Сыр	7-11	15	3,3	4,4	0,00	54
	ИТОГО	7-11	505,00	19,0	23,1	76,94	579,99

No	Наименование блюда	Возраст Вес		Пищ	евые веще	Калорийность	
рецепт			порции	Б	Ж а		
			3 день				
			Завтрак	•			
54-9	Каша овсяная молочная	7-11	220	8,60	12,80	34,20	285,80
685	Чай молочный	7-11	200	1,6	1,4	8,6	81
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66
54-1з	Сыр	7-11	15	3,3	4,4	0,00	54
итого		7-11	505,00	17,5	26,5	66,74	604,42

No	Наименование блюда	Возраст Вес		Пиш	евые вещес	Калорийность	
рецепт			порции	Б	Ж		
			4 день				
			Завтрак				
54-16к	Каша Дружба молочная	7-11	220	5,00	6,90	23,90	178,00
54-12	Какао с молоком	7-11	200	3,6	3,6	22,8	135
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66
54-13	Сыр	7-11	15	3,3	4,4	0,00	54
	итого		505,00	16,03	22,9	70,6	550,4

No	Наименование блюда	Возраст Вес		Пиш	евые вещес	Калорийность	
рецепт		•	порции	Б	Ж	У	
			5 день				
			Завтрак				
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	7-11	220	8,5	11,7	43,5	313,2
685	Чай молочный	7-11	200	1,5	1,6	15,8	81
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66,0
54-13	Сыр	7-11	15	3,3	4,4	0,00	54,0
итого		7-11	505,00	17,4	25,6	83,2	631,1

№	Наименование блюда	Возраст	Bec	Пищ	евые вещес	ства	Калорий		
рецепт			порции	Б	Ж	У	ность		
6 день 2 неделя									
			Завтрак						
311	Каша манная молочная	7-11	220	6,10	7,40	30,70	211,99		
693	Какао с молоком	7-11	200	3,6	3,6	22,8	135,0		
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4		
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66,0		
54-13	Сыр	7-11	15	3,3	4,4	0,00	54,0		
	итого	7-11	505,00	17,13	23,3	77,4	584,1		

№	Наименование блюда	Возраст	Bec	Вес Пищевые вещества			Калорийность
рецепт			порции	Б	Ж	У	
			7 день				
			Завтрак				
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	7-11	250	6,87	6,97	22,15	178,75
685	Чай молочный	7-11	200	1,5	1,6	15,8	81
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	158,4
14-01	Масло	7-11	10	0,1	8,2	0,1	74,8
54-60	Яйцо	7-11	40	4,80	4,00	0,30	56,60
	итого	7-11	560,00	17,2	21,5	62,1	548,8
I							

No	Наименование блюда	Возраст	Bec	Вес Пищевые вещес порции Б Ж		ства	Калорийность
рецепт			порции			У	
			8 день				
			Завтрак				
54-13к	Каша пшеничная молочная	7-11	220	8,20	10,80	38,50	283,50
693	Какао с молоком	7-11	200	3,6	3,6	22,8	135
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66
54-13	Сыр	7-11	15	3,3	4,4	0,00	54
	итого	7-11	505,00	19,23	226,7	85,2	655,4

№	Наименование блюда	Возраст	Bec	Пищ	евые веще	ства	Калорийность
рецепт			порции	Б	Ж	У	
			9 день				
			Завтрак				
54-21к	Каша рисовая молочная	7-11	220	5,20	6,50	28,40	203,70
694	Какао со сгущенным молоком	7-11	200	3,5	3,4	22,3	130
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66
54-13	Сыр	7-11	15	3,3	4,4	0,00	54
	итого		505,00	16,1	22,2	74,60	570,7

No	Наименование блюда	Возраст	Bec	Пищ	ства	Калорийнос	
рецепт		, - ,	порции	Б Ж		У	ТЬ
			10 день				
			Завтрак				
54-19	Суп молочный с макаронными изделиями	7-11	250	6,87	6,97	22,15	178,75
685	Чай молочный	7-11	200	1,5	1,6	15,8	81
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	158,4
14-01	Масло	7-11	10	0,1	8,2	0,1	74,8
54-6o	Яйцо	7-11	40	4,80	4,00	0,30	56,60
	ИТОГО	7-11	560,00	17,3	21,5	62,1	545,6

No	Наименование блюда	Возраст	Bec	Пищевые вещества		Калорийность			
рецепт		-	порции	Б	Ж	У			
11 день									
Завтрак									
54-9	Каша овсяная молочная	7-11	220	8,60	12,80	34,20	285,80		
693	Какао с молоком	7-11	200	3,6	3,6	22,8	135		
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4		
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66,0		
54-13	Сыр	7-11	15	3,3	4,4	0,00	54,0		
итого		7-11	505,00	19,6	28,7	66,70	658,2		

№	Наименование блюда	Возраст	Bec	Пищевые вещества			Калорийность			
рецепт			порции	Б	Ж	У				
	12 день									
	Завтрак									
54-13к	Каша пшеничная молочная	7-11	220	8,20	10,80	38,50	283,50			
693	Какао с молоком	7-11	200	3,6	3,6	22,8	135			
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4			
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66			
54-13	Сыр	7-11	15	3,3	4,4	0,00	54			
	итого		505,00	19,23	26,7	85,2	659,5			

No	Наименование блюда	Возраст Вес		Пищ	евые веще	Калорийность			
рецепт			порции	Б	Ж	У			
13 день									
	Завтрак								
311	Каша манная молочная	7-11	220	6,10	7,40	30,70	211,99		
394	Какао со сгущенным молоком	7-11	200	3,5	3,4	22,3	130		
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4		
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66		
54-13	Яйцо	7-11	40	4,80	4,00	0,30	56,60		
	итого		530,00	18,50	23,70	77,20	582,1		

No	Наименование блюда	Возраст Вес		Пище	вые вещесті	Калорийность			
рецепт			порции	Б	Ж	У			
			14 ден	ГЬ					
	Завтрак								
54-16к	Каша Дружба молочная	7-11	220	5,00	6,90	23,90	178,00		
693	Какао с молоком	7-11	200	3,6	3,6	22,8	135		
	Хлеб пшеничный	7-11	60	4	0,7	23,8	117,4		
14-01	Масло	7-11	10	0,1	7,2	0,14	66		
54-13	Сыр	7-11	15	3,3	4,4	0,00	54		
итого		7-11	505,00	16,03	22,9	70,7	550,4		
		7							