

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ "Докучаевская школа № 5
г.о. Докучаевск"
Хижняк В.С.

2024 года

Примерное 2-х недельное меню
для учащихся ГПД ГБОУ "Докучаевская школа № 5 г.о. Докучаевск"

№ рецеп	Наименование блюд	Вес блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность
Понедельник_1						
54-3с	Рассольник Ленинградский	250	5,93	7,80	17,00	161,73
54-21к	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,20	6,50	28,40	193,70
54-6о	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56,60
54-1з	Сыр твердый	15	3,48	4,40	0,00	53,75
54-19з	Масло сливочное	10	0,10	6,40	0,10	58,20
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	-	19,80	81,00
54-9в	Булочка Школьная	30	2,60	0,95	17,00	86,90
	Итого		22,61	30,05	82,60	691,87
Вторник_1						
54-2с	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,83	3,68	11,70	95,10
54-9г	Рагу овощное	150	2,80	7,40	13,60	133,40
54-18 м	Печень тушенная по -строгановски	100	13,40	12,60	5,30	189,20
пром	Фрукты свежие	100	0,90	0,20	8,10	36,00
54-21гн	Какао с молоком	200	4,60	4,40	12,50	107,20
54-9в	Булочка Школьная	30	2,60	0,95	17,00	86,90
	Итого		26,13	29,23	68,20	647,80
Среда_1						
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,70	22,65	127,50
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,20	2,00	36,00	194,10
пром	Сосиска варенная	50	5,70	16,80	-	174,00

Среда_2						
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,70	22,65	127,50
54-8 г	Капуста тушеная	200	4,93	5,87	19,47	151,33
54-6м	Биточек мясной	100	14,61	13,97	13,23	236,05
пром	Фрукты свежие	100	0,90	0,20	8,10	36,00
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	-	19,80	81,00
54-9в	Булочка Школьная	30	2,60	0,95	17,00	86,90
	Итого		26,69	23,69	100,25	718,78
Четверг_2						
54-3с	Рассольник Ленинградский	250	5,93	7,80	17,00	161,73
54-6о	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56,60
54-7т	Творожно-пшениная запеканка	200	13,60	9,30	18,80	212,50
пром	Печенье	40	4,00	5,50	35,00	205,00
пром	Сок фруктовый	200	1,06	-	21,20	92,00
54-9в	Булочка Школьная	30	2,60	0,95	17,00	86,90
	Итого		31,99	27,55	109,30	814,73
Пятница_2						
54-2с	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,83	3,68	11,70	95,10
54-11г	Пюре картофельное	180	3,84	4,68	17,82	125,46
54-14р	Тефтели рыбные	100	10,30	6,40	10,10	139,00
54-20з-54-21з пром	Овощи консервированные	60	1,70	0,10	3,50	22,10
пром	Йогурт фруктовый	65	3,12	3,70	9,10	78,00
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	-	19,80	81,00
54-9в	Булочка Школьная	30	2,60	0,95	17,00	86,90
	Итого		23,89	19,51	89,02	627,56
Итого ЗА 2-ю НЕДЕЛЮ			149,62	140,05	462,67	3720,97
ИТОГ ЗА 2 НЕДЕЛИ			294,03	270,97	919,65	7329,36