

Н.В. Усатова

Меню приготавливаемых блюд на

01 апреля 2024г.

Школа

КОГОбУ ШИ ОБЗ с. Успенское Слободского района

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя 1 День 1						
завтрак 7.40-8.10	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4,5	6,4	22,6	161
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом и сыром	50/12/15	13,8	17	37,5	309
	итого за завтрак		21,9	27	82,9	605
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Конфеты шоколадные 2 шт.	37,1	4	4,7	37,3	283,3
	Яйцо вареное 1 шт.	40	4,5	3,8	0,1	63
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,4	106,5
	итого за 2 завтрак		15,3	12,05	80,7	561,8
обед 13.30-14.00	Салат из квашеной капусты	80	1,2	3,6	5,6	61
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,7	4,2	19,5	144
	Кура отварная	90	21,3	18	0,3	247,5
	Пюре розовое	200	4,9	8,4	34,5	173
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за обед		43,7	35,2	150,6	1069,5
полдник 16.15-16.45	Йогурт	234,17	5,6	0,1	16,4	91
	Пирожки с б/к капустой	75	5,1	5,3	26,1	174
	итого за полдник		10,7	5,4	42,5	265
ужин 19.00-19.30	Сырники из творога с сгущенным молоком	150/40	21,8	25	34	303
	Рыба запеченная с яйцом	50/20	19,7	12,1	3,8	203
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за ужин		49,2	38	96,2	857
2 ужин	Яблоко	144	1,5	0	30	80
Итого за день:			142,3	117,65	482,9	3438,3

руб.	коп.
355	54

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина



Меню приготавливаемых блюд на

01 апреля 2024г.

Школа

КОГОБУ ШИ ОВЗ с. Успенское Слободского района

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя 1 День 1						
завтрак 7.40-8.10	Каша рисовая молочная жидкая	200/5	6,1	9,1	30,2	215
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом и сыром	100/15/12	19,8	33	40	450
	итого за завтрак		29,5	45,7	93	800
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Конфеты шоколадные 2 шт.	37,11	4	4,7	37,3	283,3
	Яйцо вареное 1 шт.	40	4,5	3,8	0,1	63
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,4	106,5
	итого за 2 завтрак		15,3	12,05	80,7	561,8
обед 13.30-14.00	Салат из квашеной капусты	100	1,5	4,5	7	76
	Суп картофельный с бобовыми	300	8,1	5	23,4	172
	Кура отварная	100	23,7	20	0,4	275,7
	Пюре розовое	230	6,9	9,6	38,9	199
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		51,5	40,4	172	1220,7
полдник 16.15-16.45	Йогурт	234	5,6	0,1	16,4	91
	Пирожки с б/к капустой	100	6	6,8	29,5	205
	итого за полдник		11,6	6,9	45,9	296
ужин 19.00-19.30	Сырники из творога с сгущенным молоком	200/43	29	32,4	36,2	550
	Рыба запеченная с яйцом	50/20	24,8	15,3	4,8	256
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		63,2	48,9	111	1211
2 ужин	Яблоко	144,26	1,5	0	30	80
Итого за день:			172,6	153,95	532,6	4169,5

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

руб.

386

коп.

76