

Меню приготавливаемых блюд на

03 марта 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 7						
завтрак 7.40-8.10	Каша овсяная жидкая	200/5	6,7	9,8	27	223
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	18	34,7	407
	итого за завтрак		24,7	31,4	84,5	765
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Гренкис сыром	50	7,8	8	29,3	220
	итого за 2 завтрак		10,8	11,1	47,2	329
обед 13.30-14.00	Салат из солёных огурцов с луком	100	2,8	4,9	2,9	70
	Суп крестьянский с крупой	300/10	2,9	7,3	14	134
	Зразы Ленивые	120	12,6	23,6	14	265
	Макаронные изделия отварные	180/6	8,4	7,6	51,1	301
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		38	44,7	184,3	1268
полдник 16.15-16.45	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Печенье 3 шт.	37,9	4	4,7	37,3	283,3
	итого за полдник		4,5	4,7	46,4	361,3
ужин 19.00-19.30	Салат из квашенной капусты	100	1,5	4,5	7	76
	Котлета рыбная	100	14,9	11,4	12,9	215
	Пюре картофельное	200	4,1	7,6	30,9	214
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		29,6	24,7	125,4	885
2 ужин	Яблоко свежее	129,17	1,5	0	30	80
Итого за день:			109,1	116,6	517,8	3688,3

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
317	99