

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на

06 марта 2024г.

Школа

КОГОБУ ШИ ОВЗ с. Успенское Слободского района

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя 2 День 3						
завтрак 7.40-8.10	Каша манная с маслом	150/4	4,5	7,4	21,9	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	28	82,2	605
2 завтрак 11.30-12.00	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Яблоко	125	1,5	0	30	80
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	итого за 2 завтрак		7,65	7,67	66,8	355,6
обед 13.30-14.00	Салат Студенческий	80	3	10,4	4,9	107
	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/9	3,4	6,7	15,7	126
	Зразы Ленивые	100	10,5	14,7	11,7	221
	Капуста тушеная	200	4,3	6,5	18,8	151
	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		30,8	39,3	141,8	1049
полдник 16.15-16.45	Ряженка	194	5,6	0,1	16,4	91
	Плюшка Новомосковская	60	4,4	3,1	27,9	159
	итого за полдник		10	3,2	44,3	250
ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	90	2,3	4,5	2,4	61
	Рыба, тушеная в томате с овощами	140	20,2	9,5	4,6	184
	Картофель отварной с маслом	150/5	7,9	9,2	27,7	368
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за ужин		37,8	24,1	97,7	939
2 ужин	Банан	187	1,5	0	30	80
Итого за день:			108,15	102,27	432,8	3198,6

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
193	66

Меню приготавливаемых блюд на

06 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 2 День 3						
завтрак 7.40-8.10	Каша манная с маслом	200/5	6	9,8	29,2	214
	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		29,4	46,4	92	799
2 завтрак 11.30-12.00	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Яблоко	125,66	1,5	0	30	80
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	итого за 2 завтрак		7,65	7,67	66,8	355,6
обед 13.30-14.00	Салат Студенческий	100	3,7	10,5	6,1	134
	Рассольник Ленинградский со сметаной	300/10	4,8	9,5	18,8	167
	Зразы Ленивые	100	12,6	23,6	14	265
	Капуста тушеная	230	5	7,5	21,7	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	100	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		37,4	52,4	162,9	1237
полдник 16.15-16.45	Ряженка	193,83	5,6	0,1	16,4	91
	Плюшка Новомосковская	60	6,6	4,7	41,9	238
	итого за полдник		12,2	4,8	58,3	329
ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	100	2,8	4,9	2,9	70
	Рыба, тушенная в томате с овощами	160	22,5	10,9	5,5	209
	Картофель отварной с маслом	230/5	8,5	9,8	31,9	393
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		42,9	26,8	114,9	1052
2 ужин	Банан	187,78	1,5	0	30	80
Итого за день:			131,05	138,07	524,9	3852,6

руб.

257

коп.

68

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина