

Меню приготавливаемых блюд на

8 ноября 2023г.

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	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Сушка 7 шт.	44,75	4	4,7	37,3	283,3
	Банан	233	1,5	0	30	80
	итого за 2 завтрак		8,5	7,8	85,2	472,3
обед 13.30-14.00	Салат Студенческий	80	3	10,4	4,9	107
	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/11	3,4	6,7	15,7	126
	Зразы Ленивые	120	10,5	14,7	11,7	221
	Капуста тушеная	200	4,3	6,5	18,8	151
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за обед		28,9	39,2	109,5	956
полдник 16.15-16.45	Ряженка	190	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	50	20,2	9,5	4,6	184
	Пюре картофельное	180	3,69	6,4	24,2	167
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за ужин		35,79	21,4	121,9	856
2 ужин	Яблоко свежее	170,5	1,5	0	30	80
Итого за день:			105,09	99,6	443,1	3139,3

руб.	коп.
355	63

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

Л.Г. Лопатина

Меню приготавливаемых блюд на

8 ноября 2023г.

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	100/12/15	19,8	33	40	450
	итого за завтрак		29,4	46,4	92	799
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Сушка 7 шт.	44,62	4	4,7	37,3	283,3
	Банан	233,41	1,5	0	30	80
	итого за 2 завтрак		8,5	7,8	85,2	472,3
обед 13.30- 14.00	Салат Студенческий	100	3,7	10,5	6,1	134
	Рассольник Ленинградский со сметаной	300/11	4,8	9,5	18,8	167
	Зразы Ленивые	120	12,6	23,6	14	265
	Капуста тушеная	230	5	7,5	21,7	173
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		35,5	52,3	130,6	1144
полдник 16.15-16.45	Ряженка	190,59	5,6	0,1	16,4	91
	Плюшка Новомосковская	90	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
Рыба, тушеная в томате с овощами		160	22,5	10,9	5,5	209
Пюре картофельное		200	4,1	7,6	30,9	214
Компот из сухофруктов		200	2,4	0,1	41,4	171
Хлеб пшеничный		75	3,8	0,3	26,1	166
Хлеб ржан-пшеничный		50	5,1	0,9	34,8	161
итого за ужин			40,7	24,7	141,6	991
2 ужин	Яблоко свежее	170,84	1,5	0	30	80
Итого за день:			127,8	136	537,7	3815,3

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



руб.	коп.
405	25

Л.Г. Лопатина