

Н.В. Усатова

Меню приготавливаемых блюд на

08 декабря 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 5						
завтрак 7.40-8.10	Каша овсяная молочная жидкая	150/4	5	7,3	20	170
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом	50/15	5,7	16	26,4	200
	итого за завтрак		13,7	26,4	64,3	479
2 завтрак 11.30-12.00	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81
	Банан	192,8	1,5	0	30	80
	Гренки с сыром	30	4,7	4,8	17,58	132
	итого за 2 завтрак		7,7	6,4	63,38	293
обед 13.30-14.00	Сельдь с луком	53/7	5,1	4,4	2,1	68
	Борщ с б/к капустой и картофелем со сметаной	250/11	1,9	5,5	12	105
	Котлета мясная	100	14,5	12	12,8	218
	Рагу из овощей	200	3,9	10	17,5	175
	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 обед		33,1	32,8	102,8	917
полдник 16.15-16.45	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Пирожки печеные с яблоком	75	4,5	3,7	30,2	172
	итого за полдник		8,1	7,3	53	307
ужин 19.00-19.30	Салат из сырых овощей	80	0,5	4,9	2,6	57
	Рыба запеченная по-русски	280	23,4	18,7	15,8	239
	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 ужин		33,5	24,6	109,1	740
2 ужин	Яблоко свежее	110	1,5	0	30	80
Итого за день:			97,6	97,5	422,58	2816

руб.	коп.
296	95

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

Меню приготавливаемых блюд на

08 декабря 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 5						
завтрак 7.40-8.10	Каша овсяная молочная жидкая	200/5	6,7	9,8	27	223
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	18	34,7	407
	итого за завтрак		24,1	30,9	79,6	739
2 завтрак 11.30-12.00	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81
	Банан	192,91	1,5	0	30	80
	Гренки с сыром	50	7,8	8	29,3	220
	итого за 2 завтрак		10,8	9,6	75,1	381
обед 13.30-14.00	Сельдь с луком	55/7	5,2	4,6	2,3	72
	Борщ с б/к капустой и картофелем со сметаной	300/11	2,3	6,3	14,3	122
	Котлета мясная	120	17,4	16,3	15,4	280
	Рагу из овощей	230	4,5	12,4	21,9	219
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		38,8	40,8	123,9	1098
полдник 16.15-16.45	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Пирожки печеные с яблоком	100	5	3,8	37,2	204
	итого за полдник		8,6	7,4	60	339
ужин 19.00-19.30	Салат из сырых овощей	100	0,7	6,1	3,3	71
	Рыба запеченная порусски	350	26,4	22	21,2	284
	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	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		38,4	29,4	126,8	853
2 ужин	Яблоко свежее	110	1,5	0	30	80
Итого за день:			122,2	118,1	495,4	3490

руб.	коп.
328	02

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина