

Меню приготавливаемых блюд на

09 сентября 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 6 | | | | | | |
| завтрак 7.40-8.10 | Омлет натуральный с маслом | 150/5 | 13,1 | 18,2 | 2,2 | 225 |
| | Кофейный напиток на молоке | 200 | 3 | 3,1 | 17,9 | 109 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 100/15/12 | 19,8 | 33 | 40 | 450 |
| | итого за завтрак | | 35,9 | 54,3 | 60,1 | 784 |
| 2 завтрак 11.30-12.00 | Йогурт | 218,75 | 5,6 | 0,1 | 16,4 | 91 |
| | Печенье | 2шт. | 4 | 4,7 | 37,3 | 283,3 |
| | итого за 2 завтрак | | 9,6 | 4,8 | 53,7 | 374,3 |
| обед 13.30-14.00 | Салат Пестрый | 100 | 1 | 7,9 | 9,7 | 83 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 300 | 3,3 | 3,1 | 22,6 | 134 |
| | Котлета рубленая из птицы | 120 | 24,2 | 29,8 | 15,4 | 429 |
| | Капуста тушеная | 230 | 5 | 7,5 | 21,7 | 173 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 2,4 | 0,1 | 41,4 | 171 |
| | Хлеб пшеничный | 65 | 3,8 | 0,3 | 26,1 | 166 |
| | Хлеб ржан-пшеничный | 75 | 5,1 | 0,9 | 34,8 | 161 |
| | итого за обед | | 44,8 | 49,6 | 171,7 | 1317 |
| полдник 16.15-16.45 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 13,7 | 53 |
| | Сушка | 5 шт. | 4 | 4,7 | 37,3 | 283,3 |
| | итого за полдник | | 4,2 | 4,7 | 51 | 336,3 |
| ужин 19.00-19.30 | Салат из квашенной капусты | 100 | 1,5 | 4,5 | 7 | 76 |
| | Тефтели рыбные | 170 | 16,3 | 14 | 18,3 | 265 |
| | Картофель отварной с маслом | 235 | 8,5 | 9,8 | 31,9 | 393 |
| | Сок | 200 | 0,5 | 0 | 9,1 | 78 |
| | Хлеб пшеничный | 65 | 3,8 | 0,3 | 26,1 | 166 |
| | Хлеб ржан-пшеничный | 75 | 5,1 | 0,9 | 34,8 | 161 |
| | итого за ужин | | 35,7 | 29,5 | 127,2 | 1139 |
| 2 ужин | Банан | 203,75 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| Итого за день: | | | 131,7 | 142,9 | 493,7 | 4030,6 |

руб.

367

коп.

96

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина