

## Меню приготавливаемых блюд на

09 октября 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 1 День 1						
завтрак 7.40-8.10	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4,5	6,4	22,6	161
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом и сыром	50/12/10	13,8	17	37,5	309
	<b>итого за завтрак</b>		<b>21,9</b>	<b>27</b>	<b>82,9</b>	<b>605</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Яйцо вареное 1 шт.	40	4,5	3,8	0,1	63
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,4	106,5
	Груша свежая	194,5	1,5	0	30	80
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>12,8</b>	<b>7,35</b>	<b>73,4</b>	<b>358,5</b>
обед 13.30-14.00	Салат из белокачанной капусты	80	1,5	3,6	7,4	67
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,7	4,2	19,5	144
	Кура отварная	90	21,3	18	0,3	247,5
	Пюре розовое	200	4,9	8,4	34,5	173
	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
	<b>итого за обед</b>		<b>42,1</b>	<b>35,1</b>	<b>120,1</b>	<b>982,5</b>
полдник 16.15-16.45	Йогурт	180	5,6	0,1	16,4	91
	Пирожки с б/к капустой	75	5,1	5,3	26,1	174
	<b>итого за полдник</b>		<b>10,7</b>	<b>5,4</b>	<b>42,5</b>	<b>265</b>
ужин 19.00-19.30	Сырники из творога с повидлом	150/40	21,8	25	34	303
	Рыба запеченная с яйцом	40/15	19,7	12,1	3,8	203
	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	21,36	86,38
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	<b>итого за ужин</b>		<b>48,76</b>	<b>38,06</b>	<b>108,46</b>	<b>865,38</b>
2 ужин	Яблоко свежее	158,64	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>137,76</b>	<b>112,91</b>	<b>457,36</b>	<b>3156,38</b>

руб.

340

коп.

33

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

## Меню приготавливаемых блюд на

09 октября 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 1 День 1						
завтрак 7.40-8.10	Каша рисовая молочная жидкая	200/5	6,1	9,1	30,2	215
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом и сыром	100/15/12	19,8	33	40	450
	<b>итого за завтрак</b>		<b>29,5</b>	<b>45,7</b>	<b>93</b>	<b>800</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Яйцо вареное 1 шт.	40	4,5	3,8	0,1	63
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,4	106,5
	Груша свежая	194,84	1,5	0	30	80
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>12,8</b>	<b>7,35</b>	<b>73,4</b>	<b>358,5</b>
обед 13.30-14.00	Салат из белокачанной капусты	100	1,9	4,5	9,2	84
	Суп картофельный с бобовыми	300	8,1	5	23,4	172
	Кура отварная	100	23,7	20	0,4	275,7
	Пюре картофельное	230	6,9	9,6	38,9	199
	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
	<b>итого за обед</b>		<b>50</b>	<b>40,3</b>	<b>141,9</b>	<b>1135,7</b>
полдник 16.15-16.45	Йогурт	180	5,6	0,1	16,4	91
	Пирожки с б/к капустой	75	6	6,8	29,5	205
	<b>итого за полдник</b>		<b>11,6</b>	<b>6,9</b>	<b>45,9</b>	<b>296</b>
ужин 19.00-19.30	Сырники из творога с повидлом	200/50	29	32,4	36,2	550
	Рыба запеченная с яйцом	50/20	24,8	15,3	4,8	256
	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	21,36	86,38
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за ужин</b>		<b>62,76</b>	<b>48,96</b>	<b>123,26</b>	<b>1219,38</b>
2 ужин	Яблоко свежее	158,71	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>168,16</b>	<b>149,21</b>	<b>507,46</b>	<b>3889,58</b>

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
409	05