

УТВЕРЖДАЮ

Директор

 Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

## Меню приготавливаемых блюд на

10 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 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
	<b>итого за завтрак</b>		<b>13,7</b>	<b>26,4</b>	<b>64,3</b>	<b>479</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81
	Груша свежая	205,5	1,5	0	30	80
	Гренки с сыром	30	4,7	4,8	17,58	132
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>7,7</b>	<b>6,4</b>	<b>63,38</b>	<b>293</b>
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
	<b>итого за обед</b>		<b>33,1</b>	<b>32,8</b>	<b>102,8</b>	<b>917</b>
полдник 16.15-16.45	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Печенье 2 шт.	51	4	4,7	37,3	283,3
	<b>итого за полдник</b>		<b>7,6</b>	<b>8,3</b>	<b>60,1</b>	<b>418,3</b>
ужин 19.00-19.30	Салат из сырых овощей	80	0,5	4,9	2,6	57
	Рыба запеченная порусски	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
	<b>итого за ужин</b>		<b>33,5</b>	<b>24,6</b>	<b>109,1</b>	<b>740</b>
2 ужин	Яблоко свежее	167	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>97,1</b>	<b>98,5</b>	<b>429,68</b>	<b>2927,3</b>

руб.	коп.
317	27

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

Н.В. Усатова

## Меню приготавливаемых блюд на

10 ноября 2023г.

Школа

КОГБУ 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
	<b>итого за завтрак</b>		<b>24,1</b>	<b>30,9</b>	<b>79,6</b>	<b>739</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81
	Груша свежая	205,48	1,5	0	30	80
	Гренки с сыром	50	7,8	8	29,3	220
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>10,8</b>	<b>9,6</b>	<b>75,1</b>	<b>381</b>
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	300/12	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	40	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за обед</b>		<b>38,8</b>	<b>40,8</b>	<b>123,9</b>	<b>1098</b>
полдник 16.15-16.45	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Печенье 2 шт.	51,15	4	4,7	37,3	283,3
	<b>итого за полдник</b>		<b>7,6</b>	<b>8,3</b>	<b>60,1</b>	<b>418,3</b>
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	40	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за ужин</b>		<b>38,4</b>	<b>29,4</b>	<b>126,8</b>	<b>853</b>
2 ужин	Яблоко свежее	167,5	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>121,2</b>	<b>119</b>	<b>495,5</b>	<b>3569,3</b>

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



руб.	коп.
351	26

Л.Г. Лопатина