

Н.В. Усатова

Меню приготавливаемых блюд на

11 января 2024г.

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 4						
завтрак 7.40-8.10	Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком	200/45	25,7	13,7	66,7	488
	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		43,1	34,3	127	932
2 завтрак 11.30-12.00	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Печенье 2 шт.	52,5	4	4,7	37,3	283,3
	итого за 2 завтрак		4,5	4,7	46,4	361,3
обед 13.30-14.00	Салат из свежих помидоров	80	0,7	3,2	3,5	47
	Рассольник Домашний со сметаной	250/15	2,4	5,7	13,9	118
	Азу	50/50	21,7	26,1	3,3	335
	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	9,5	8,7	38,2	264
	Кисель из яблок	200	0,1	0,1	27,6	109
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за обед		41,6	44,7	135,8	1146
полдник 16.15-16.45	Молоко кипяченое	200	5,8	6,5	9	116
	Ватрушка с картофелем	80	5,3	3,3	28,7	167
	итого за полдник		11,1	9,8	37,7	283
ужин 19.00-19.30	Салат из белокачанной капусты	80	1,5	3,6	7,4	67
	Рыба припущенная	50	21,2	6,3	0,4	143
	Картофель отварной с маслом	200/5	7,9	9,2	27,7	368
	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	13,9	55
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за ужин		38	20,1	98,7	906
2 ужин	Яблоко	138,5	1,5	0	30	80
Итого за день:			139,8	113,6	475,6	3708,3

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
318	53

Меню приготавливаемых блюд на


11 января 2024г.

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 4						
завтрак 7.40-8.10	Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком	250/57	32,1	17,1	83,3	609
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом и сыром	100/15/12	19,8	33	40	450
	итого за завтрак		55,5	53,7	146,1	1194
2 завтрак 11.30-12.00	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Печенье 2 шт.	52,37	4	4,7	37,3	283,3
	итого за 2 завтрак		4,5	4,7	46,4	361,3
обед 13.30-14.00	Салат из свежих помидоров	100	0,9	4	4,4	58
	Рассольник Домашний со сметаной	300/16	2,8	6,5	16,7	138
	Азу	75/50	28,9	34,8	4,4	596
	Каша гречневая рассыпчатая	180/6	10,9	8,9	53,9	303
	Кисель из яблок	200	0,1	0,1	27,6	109
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		52,5	55,5	167,9	1531
полдник 16.15-16.45	Молоко кипяченое	200	5,8	6,5	9	116
	Ватрушка с картофелем	100	6,5	4	35,9	208
	итого за полдник		12,3	10,5	44,9	324
ужин 19.00-19.30	Салат из белокачанной капусты	100	1,9	4,5	9,2	84
	Рыба припущенная	100	23,5	7	0,4	158
	Картофель отварной с маслом	230/5	8,5	9,8	31,9	393
	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	13,9	55
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		43	22,6	116,3	1017
2 ужин	Яблоко	138,31	1,5	0	30	80
Итого за день:			169,3	147	551,6	4507,3

Стоимость питания
 Ответственный за составление меню:
 Фельдшер 

руб.	коп.
473	60

Л.Г. Лопатина