

## Меню приготавливаемых блюд на

12 марта 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 1 День 2						
завтрак 7.40-8.10	Каша пшеничная с маслом	150/4	5,46	7,47	25,2	193
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом и сыром	50/12/15	13,8	17	37,5	309
	<b>итого за завтрак</b>		<b>22,26</b>	<b>27,57</b>	<b>80,6</b>	<b>611</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Ряженка	222	5,6	0,1	16,4	91
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	Яблоко	130	1,5	0	30	80
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>12,75</b>	<b>7,77</b>	<b>74,1</b>	<b>368,6</b>
обед 13.30-14.00	Салат Студенческий	80	3	10,4	4,9	107
	Суп картофельный с крупой	250	12,7	12,6	19,3	113
	Биточек мясной	120	14,5	12	12,8	218
	Капуста тушеная	200	4,3	6,5	18,8	151
	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 обед</b>		<b>44,1</b>	<b>42,5</b>	<b>146,5</b>	<b>1033</b>
полдник 16.15-16.45	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Конфеты шоколадные 1 шт.	15,13	4	4,7	37,3	283,3
	Печенье 4 шт.	50	4	4,7	37,3	283,3
	<b>итого за полдник</b>		<b>8,5</b>	<b>9,4</b>	<b>83,7</b>	<b>644,6</b>
ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	90	2,3	4,5	2,4	61
	Рыба запеченная по-русски	280	23,4	18,7	15,8	239
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	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>33,1</b>	<b>24,1</b>	<b>81,2</b>	<b>626</b>
2 ужин	Груша свежая	200	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>122,21</b>	<b>111,34</b>	<b>496,1</b>	<b>3363,2</b>

руб.	коп.
404	53

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

## Меню приготавливаемых блюд на

12 марта 2024г.

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 1 День 2						
завтрак 7.40-8.10	Каша пшенная с маслом	200/5	7,3	8,9	33,7	245
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом и сыром	100/15/12	19,8	33	40	450
	<b>итого за завтрак</b>		<b>30,1</b>	<b>45</b>	<b>91,6</b>	<b>804</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Ряженка	222,29	5,6	0,1	16,4	91
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	Яблоко	130,36	1,5	0	30	80
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>12,75</b>	<b>7,77</b>	<b>74,1</b>	<b>368,6</b>
обед 13.30-14.00	Салат Студенческий	100	3,7	10,5	6,1	134
	Суп картофельный с крупой	300	13,2	13,1	23,2	136
	Биточек мясной	120	17,4	16,3	15,4	280
	Капуста тушеная	230	5	7,5	21,7	173
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	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>50,6</b>	<b>48,7</b>	<b>168,7</b>	<b>1221</b>
полдник 16.15-16.45	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Конфеты шоколадные 1 шт.	15,14	4	4,7	37,3	283,3
	Печенье 4 шт.	50,71	4	4,7	37,3	283,3
	<b>итого за полдник</b>		<b>8,5</b>	<b>9,4</b>	<b>83,7</b>	<b>644,6</b>
ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	100	2,8	4,9	2,9	70
	Рыба запеченная по-русски	350	26,4	22	21,2	284
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	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>38,3</b>	<b>28,1</b>	<b>98,7</b>	<b>734</b>
2 ужин	Груша свежая	200	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>141,75</b>	<b>138,97</b>	<b>546,8</b>	<b>3852,2</b>

руб.

427

коп.

23

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина