

Меню приготавливаемых блюд на

12 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 4						
завтрак 7.40-8.10	Пудинг из творога запеченный с повидлом	250/45	25,7	13,7	66,7	488
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом	50/15	5,7	16	26,4	200
	итого за завтрак		35	33,3	115,9	823
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Банан	200	1,5	0	30	80
	Печенье 3 шт.	58,33	4	4,7	37,3	283,3
	итого за 2 завтрак		8,5	7,8	85,2	472,3
обед 13.30-14.00	Салат из свёклы с сыром и чесноком	90	4,8	13,1	12,9	171
	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	3,4	6,7	15,7	126
	Гуляш	75/50	20,2	18,7	2,8	187
	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	9,5	8,7	38,2	264
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	25,4	99
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за обед		45,3	48,2	144,3	1120
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	Сельдь с луком	53/7	5,1	4,4	2,1	68
	Запеканка картофельная с овощами	180/35	6,1	9,3	27,9	222
	Котлета рубленая из птицы	60	20,2	24,9	12,8	357
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за ужин		39,1	39,5	101,2	998
2 ужин	Яблоко	140	1,5	0	30	80
Итого за день:			140,5	138,6	514,3	3776,3

руб.	коп.
446	43

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

Меню приготавливаемых блюд на

12 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 4						
завтрак 7.40-8.10	Пудинг из творога запеченный с повидлом	250/53	32,1	17,1	83,3	609
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	18	34,7	407
	итого за завтрак		50,1	38,7	140,8	1151
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Банан	200	1,5	0	30	80
	Печенье 3 шт.	58,33	4	4,7	37,3	283,3
	итого за 2 завтрак		8,5	7,8	85,2	472,3
обед 13.30-14.00	Салат из свёклы с сыром и чесноком	100	5,4	14,6	14,3	189
	Рассольник Ленинградский со сметаной	300/10	4,8	9,5	18,8	167
	Гуляш	100/100	32,9	28,9	3,7	347
	Каша гречневая рассыпчатая	180/6	10,9	8,9	53,9	303
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	25,4	99
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		63,1	63,2	177	1432
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	Сельдь с луком	55/7	5,2	4,6	2,3	72
	Запеканка картофельная с овощами	230/40	7	10,8	32	255
	Котлета рубленая из птицы	120	24,2	29,8	15,4	429
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		45,8	46,4	119,7	1161
2 ужин	Яблоко	141,14	1,5	0	30	80
Итого за день:			181,3	166,6	597,6	4620,3

руб.	коп.
519	69

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина