

## Меню приготавливаемых блюд на

12 декабря 2023г.

Школа

КОГОБУ ШИ ОБЗ 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	50/12/10	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	200	5,6	0,1	16,4	91
	Яблоко	89	1,5	0	30	80
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	<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
	Уха рыбацкая	250/30	5,2	3,3	13,8	107
	Биточек мясной	100	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>36,6</b>	<b>33,2</b>	<b>141</b>	<b>1027</b>
полдник 16.15-16.45	Чай сладкий	200	0,2	0	13,7	53
	Дучмаки с творогом	75	12,8	15,8	19,6	245
	<b>итого за полдник</b>		<b>13</b>	<b>15,8</b>	<b>33,3</b>	<b>298</b>
ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	90	2,3	4,5	2,4	61
	Котлета рыбная	80	11,9	9,1	10,3	172
	Пюре картофельное	180	3,69	6,4	24,2	167
	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 ужин</b>		<b>25,59</b>	<b>20,9</b>	<b>95,3</b>	<b>751</b>
2 ужин	Груша свежая	166,63	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>111,7</b>	<b>105,24</b>	<b>454,3</b>	<b>3135,6</b>

руб.	коп.
350	95

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

## Меню приготавливаемых блюд на

12 декабря 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 2						
завтрак 7.40-8.10	Каша пшеничная 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	200	5,6	0,1	16,4	91
	Яблоко	89,22	1,5	0	30	80
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	<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
	Уха рыбацкая	300/35	6,3	4	16,5	128
	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	75	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за обед</b>		<b>43,7</b>	<b>39,6</b>	<b>162</b>	<b>1213</b>
полдник 16.15-16.45	Чай сладкий	200	0,2	0	13,7	53
	Дучмаки с творогом	100	13	16,7	26,1	300
	<b>итого за полдник</b>		<b>13,2</b>	<b>16,7</b>	<b>39,8</b>	<b>353</b>
ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	100	2,8	4,9	2,9	70
	Котлета рыбная	100	14,9	11,4	12,9	215
	Пюре картофельное	200	4,1	7,6	30,9	214
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за ужин</b>		<b>31,2</b>	<b>25,1</b>	<b>116,7</b>	<b>904</b>
2 ужин	Груша свежая	166,68	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>132,45</b>	<b>134,17</b>	<b>514,2</b>	<b>3722,6</b>

руб.	коп.
401	33

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина