

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на

13 марта 2024г.

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 3						
завтрак 7.40-8.10	Каша манная с маслом	150/4	4,5	7,4	21,9	161
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом	50/15	5,7	16	26,4	200
	итого за завтрак		13,2	26,5	66,2	470
2 завтрак 11.30-12.00	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Банан	268	1,5	0	30	80
	Гренки с сыром	30	4,7	4,8	17,58	132
	итого за 2 завтрак		6,7	4,8	56,68	290
обед 13.30-14.00	Салат картофельный с зеленым горошком	80	2,6	8	7,4	113
	Борщ с б/к капустой и картофелем со сметаной	250/13	1,9	5,5	12	105
	Зразы школьные	120	12,9	11,6	10,9	201
	Морковь тушеная с рисом	200	3,5	10,1	34	243
	Кисель абрикосовый	200	0,01	0	36,36	141,31
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за обед		28,11	36,1	149,96	1076,31
полдник 16.15-16.45	Йогурт	235	5,6	0,1	16,4	91
	Пирог с повидлом	100	4,7	2,3	43,5	213
	итого за полдник		10,3	2,4	59,9	304
ужин 19.00-19.30	Салат из моркови с огурцами и зеленым горошком	80	1,2	5,9	3,3	71
	Тефтели рыбные	100/40	13,6	11,6	15,1	219
	Макаронные изделия отварные	150/5	7,3	6,6	24,5	162
	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	13,9	55
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за ужин		29,5	25,1	106,1	780
2 ужин	Яблоко	139	1,5	0	30	80
Итого за день:			89,31	94,9	468,84	3000,31

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
394	59

Менюготавливаемых блюд на

13 марта 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 1 День 3						
завтрак 7.40-8.10	Каша манная с маслом	200/5	6	9,8	29,2	214
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	18	34,7	407
	итого за завтрак		23,4	30,9	81,8	730
2 завтрак 11.30-12.00	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Банан	268	1,5	0	30	80
	Гренки с сыром	50	7,8	8	29,3	220
	итого за 2 завтрак		9,8	8	68,4	378
обед 13.30-14.00	Салат картофельный с зеленым горошком	100	3,2	10	9,3	141
	Борщ с б/к капустой и картофелем со сметаной	300/14	2,3	6,3	14,3	122
	Зразы школьные	120	15,5	14	13,1	242
	Морковь тушеная с рисом	230	4,1	11,7	39,1	280
	Кисель абрикосовый	200	0,01	0	36,36	141,31
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161
итого за обед		34,01	43,2	173,06	1253,31	
полдник 16.15-16.45	Йогурт	235,38	5,6	0,1	16,4	91
	Пирог с повидлом	100	5,9	3,1	54,5	268
	итого за полдник		11,5	3,2	70,9	359
ужин 19.00-19.30	Салат из моркови с огурцами и зеленым горошком	100	1,5	7,4	4,1	89
	Тефтели рыбные	120/50	16,3	14	18,3	265
	Макаронные изделия отварные	180/6	8,4	7,6	51,1	301
	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	13,9	55
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	5,1	0,9	34,8	161
итого за ужин		35,3	30,3	148,3	1037	
2 ужин	Яблоко	139,5	1,5	0	30	80
Итого за день:			115,51	115,6	572,46	3837,31

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
449	79