

## Менюготавливаемых блюд на

13 апреля 2024г.

Школа

КОГОБУ ШИ ОВЗ с. Успенское Слободского района

Возрастная категория: 12 лет и старше

Время приёма пищи	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>День 13</b>								
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	125	13,1	18,2	2,2	225	142	2010
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109	189	2010
	Бутерброд с маслом и сыром	127	19,8	33	40	450	2	2010
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>452</b>	<b>35,9</b>	<b>54,3</b>	<b>60,1</b>	<b>784</b>		
2 завтрак 11.30-12.00	Йогурт	200	5,6	0,1	16,4	91	181	2010
	Груша	200	1,5	0	30	80		
	Печенье 5 шт.	60	4	4,7	37,3	283,3		
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>460</b>	<b>11,1</b>	<b>4,8</b>	<b>83,7</b>	<b>454,3</b>		
обед 13.30-14.00	Салат "Пёстрый"	100	1	7,9	9,7	83	21	2010
	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	3,3	3,1	22,6	134	38	2010
	Котлета рубленая из птицы	120	24,2	29,8	15,4	429	88	2010
	Капуста тушеная	230	5	7,5	21,7	173	122	2010
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171	196	2010
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166	10	2011
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161	11	2011
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>1125</b>	<b>44,8</b>	<b>49,6</b>	<b>171,7</b>	<b>1317</b>		
полдник 16.15-16.45	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78	5	2011
	Конфеты шоколадные 2 шт.	32	4	4,7	37,3	283,3		
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>232</b>	<b>4,5</b>	<b>4,7</b>	<b>46,4</b>	<b>361,3</b>		
ужин 19.00-19.30	Икра овощная (морковная)	100	2,1	7,3	10,3	115	45	2004
	Тефтели рыбные	170	16,3	14	18,3	265	58	2010
	Каша рисовая рассыпчатая	186	5,2	6,8	49,1	283	117	2010
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	184	2010
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166	10	2011
	Хлеб ржан-пшеничный	50	5,1	0,9	34,8	161	11	2011
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>781</b>	<b>32,7</b>	<b>29,3</b>	<b>152,3</b>	<b>1043</b>		
2 ужин	Банан	236	1,5	0	30	80		
	<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>236</b>	<b>1,5</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>80</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>130,5</b>	<b>142,7</b>	<b>544,2</b>	<b>4039,6</b>		

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
498	99