

Меню приготавливаемых блюд на

14 января 2024г.

Школа

КОГОБУ ШИ ОБЗ с. Успенское Слободского района

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя 2 День 7						
завтрак 7.40-8.10	Суп молочный с макаронными изделиями	300	6,6	6,6	23,8	182
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом и сыром	100/15/12	19,8	33	40	450
	итого за завтрак		30	43,2	86,6	767
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	итого за 2 завтрак		8,65	10,77	45,6	306,6
обед 13.30-14.00	Салат из свежих огурцов	100	0,8	4,5	3	55
	Суп крестьянский с крупой	300/25	2,9	7,3	14	134
	Суфле рыбное	80/8	26,2	20	3,7	304
	Пюре картофельное	200	4,1	7,6	30,9	214
	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
	итого за обед		45,3	40,7	153,9	1205
полдник 16.15-16.45	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Печенье 2 шт.	41,25	4	4,7	37,3	283,3
	итого за полдник		4,5	4,7	46,4	361,3
ужин 19.00-19.30	Салат Степной	100	1,5	6	7,3	89
	Макаронник с мясом	250	19,8	18,3	39,3	405
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		30,4	25,5	121,2	874
2 ужин	Яблоко свежее	134	1,5	0	30	80
Итого за день:			120,35	124,87	483,7	3593,9

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
460	16