

Н.В. Усатова

## Меню приготавливаемых блюд на

14 сентября 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	200/45	25,7	13,7	66,7	488
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом	50/10	5,7	16	26,4	200
	<b>итого за завтрак</b>		<b>35</b>	<b>33,3</b>	<b>115,9</b>	<b>823</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Банан	224,44	1,5	0	30	80
	Сушка	7шт.	4	4,7	37,3	283,3
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>8,5</b>	<b>7,8</b>	<b>85,2</b>	<b>472,3</b>
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
	<b>итого за обед</b>		<b>45,3</b>	<b>48,2</b>	<b>144,3</b>	<b>1120</b>
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
	<b>итого за полдник</b>		<b>11,1</b>	<b>9,8</b>	<b>37,7</b>	<b>283</b>
ужин 19.00-19.30	Сельдь с луком	53/7	5,1	4,4	2,1	68
	Котлета рубленая из птицы	100	20,2	24,9	12,8	357
	Запеканка картофельная с овощами	100/35	6,1	9,3	27,9	222
	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
	<b>итого за ужин</b>		<b>39,1</b>	<b>39,5</b>	<b>101,2</b>	<b>998</b>
2 ужин	Яблоко	127,27	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>140,5</b>	<b>138,6</b>	<b>514,3</b>	<b>3776,3</b>

руб.

коп.

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

Меню приготавливаемых блюд на

14 сентября 2023г.

Школа

КОГБУ 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	250/49	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
	<b>итого за завтрак</b>		<b>50,1</b>	<b>38,7</b>	<b>140,8</b>	<b>1151</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Банан	224,44	1,5	0	30	80
	Сушка	7шт.	4	4,7	37,3	283,3
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>8,5</b>	<b>7,8</b>	<b>85,2</b>	<b>472,3</b>
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	75	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за обед</b>		<b>63,1</b>	<b>63,2</b>	<b>177</b>	<b>1432</b>
полдник 16.15-16.45	Молоко кипяченое	200	5,8	6,5	9	116
	Ватрушка с картофелем	100	6,5	4	35,9	208
	<b>итого за полдник</b>		<b>12,3</b>	<b>10,5</b>	<b>44,9</b>	<b>324</b>
ужин 19.00-19.30	Сельдь с луком	55,7	5,2	4,6	2,3	72
	Котлета рубленая из птицы	120	24,2	29,8	15,4	429
	Запеканка картофельная с овощами	250/40	7	10,8	32	255
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за ужин</b>		<b>45,8</b>	<b>46,4</b>	<b>119,7</b>	<b>1161</b>
2 ужин	Яблоко	127,29	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>181,3</b>	<b>166,6</b>	<b>597,6</b>	<b>4620,3</b>

руб.	коп.

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина