

Меню приготавливаемых блюд на

14 октября 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 6						
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный	150/5	13,1	18,2	2,2	225
	Напиток кофейный на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом и сыром	100/15/12	19,8	33	40	450
	итого за завтрак		35,9	54,3	60,1	784
2 завтрак 11.30-12.00	Йогурт	214,29	5,6	0,1	16,4	91
	Банан	185,71	1,5	0	30	80
	Печенье 3 шт.	76,43	4	4,7	37,3	283,3
	итого за 2 завтрак		7,1	0,1	46,4	171
обед 13.30-14.00	Салат из свежих помидоров	100	0,9	4	4,4	58
	Щи из свежей капусты с картофелем	300/15	2,5	6,4	8,7	102
	Котлета мясная	120	17,4	16,3	15,4	280
	Пюре розовое	230	6,9	9,6	38,9	199
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		39	37,6	169,7	1137
полдник 16.15-16.45	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Конфеты шоколадные 2 шт.	35,71	4	4,7	37,3	283,3
	итого за полдник		4,5	4,7	46,4	361,3
ужин 19.00-19.30	Салат картофельный с зеленым горошком	100	3,2	10	9,3	141
	Голубцы ленивые	100/40	8,3	6,5	7,7	122
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		20,6	17,7	91,6	643
2 ужин	Яблоко	195	1,5	0	30	80
Итого за день:			108,6	114,4	444,2	3176,3

руб.

коп.

*425**09*

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л

Л.Г. Лопатина