

Меню приготавливаемых блюд на

16 января 2024г.

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 2						
завтрак 7.40-8.10	Каша пшеничная с маслом	150/4	5,46	7,47	25,2	193
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом и сыром	50/12/15	13,8	17	37,5	309
	итого за завтрак		22,26	27,57	80,6	611
2 завтрак 11.30-12.00	Ряженка	190	5,6	0,1	16,4	91
	Банан	198	1,5	0	30	80
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	итого за 2 завтрак		12,75	7,77	74,1	368,6
обед 13.30-14.00	Салат Студенческий	80	3	10,4	4,9	107
	Уха рыбацкая	250/30	5,2	3,3	13,8	107
	Биточек мясной	100	14,5	12	12,8	218
	Капуста тушеная	200	4,3	6,5	18,8	151
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за обед		36,6	33,2	141	1027
полдник 16.15-16.45	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	Дучмаки с творогом	75	12,8	15,8	19,6	245
	итого за полдник		13	15,8	33,3	298
ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	90	2,3	4,5	2,4	61
	Котлета рыбная	40	11,9	9,1	10,3	172
	Пюре картофельное	180	3,69	6,4	24,2	167
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	итого за ужин		25,59	20,9	95,3	751
2 ужин	Яблоко	105	1,5	0	30	80
Итого за день:			111,7	105,24	454,3	3135,6

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

руб.

353

коп.

75

Меню приготавливаемых блюд на

16 января 2024г.

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 2						
завтрак 7.40-8.10	Каша пшеничная с маслом	200/5	7,3	8,9	33,7	245
	Кофейный напиток 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		30,1	45	91,6	804
2 завтрак 11.30-12.00	Ряженка	191,94	5,6	0,1	16,4	91
	Банан	203,39	1,5	0	30	80
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	итого за 2 завтрак		12,75	7,77	74,1	368,6
обед 13.30-14.00	Салат Студенческий	100	3,7	10,5	6,1	134
	Уха рыбацкая	300/35	6,3	4	16,5	128
	Биточек мясной	120	17,4	16,3	15,4	280
	Капуста тушеная	230	5	7,5	21,7	173
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		43,7	39,6	162	1213
полдник 16.15-16.45	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	Дучмаки с творогом	100	13	16,7	26,1	300
	итого за полдник		13,2	16,7	39,8	353
ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	100	2,8	4,9	2,9	70
	Котлета рыбная	80	14,9	11,4	12,9	215
	Пюре картофельное	200	4,1	7,6	30,9	214
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		31,2	25,1	116,7	904
2 ужин	Яблоко	104,53	1,5	0	30	80
Итого за день:			132,45	134,17	514,2	3722,6

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
412	16