

Н.В. Усатова

## Меню приготавливаемых блюд на

18 октября 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 2 День 3						
завтрак 7.40-8.10	Каша манная с маслом	150/4	4,5	7,4	21,9	161
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом и сыром	50/12/15	13,8	17	37,5	309
	<b>итого за завтрак</b>		<b>21,9</b>	<b>28</b>	<b>82,2</b>	<b>605</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Сушка 5 шт.	28	4	4,7	37,3	283,3
	Банан	208	1,5	0	30	80
	<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 Студенческий	80	3	10,4	4,9	107
	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/9	3,4	6,7	15,7	126
	Зразы Ленивые	120	10,5	14,7	11,7	221
	Капуста тушеная	200	4,3	6,5	18,8	151
	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 обед</b>		<b>28,9</b>	<b>39,2</b>	<b>109,5</b>	<b>956</b>
полдник 16.15-16.45	Ряженка	200	5,6	0,1	16,4	91
	Печенье 2 шт.	52	4	4,7	37,3	283,3
	<b>итого за полдник</b>		<b>9,6</b>	<b>4,8</b>	<b>53,7</b>	<b>374,3</b>
ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	90	2,3	4,5	2,4	61
	Рыба, тушеная в томате с овощами	50	20,2	9,5	4,6	184
	Пюре картофельное	180	3,69	6,4	24,2	167
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	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>35,79</b>	<b>21,4</b>	<b>121,9</b>	<b>856</b>
2 ужин	Груша свежая	191,3	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>106,19</b>	<b>101,2</b>	<b>482,5</b>	<b>3343,6</b>

руб.	коп.
362	24

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

## Меню приготавливаемых блюд на

18 октября 2023г.

Школа

КОГОБУ 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 2 День 3						
завтрак 7.40-8.10	Каша манная с маслом	200/5	6	9,8	29,2	214
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом и сыром	100/12/15	19,8	33	40	450
	<b>итого за завтрак</b>		<b>29,4</b>	<b>46,4</b>	<b>92</b>	<b>799</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Сушка 5 шт.	28	4	4,7	37,3	283,3
	Банан	208	1,5	0	30	80
	<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 Студенческий	100	3,7	10,5	6,1	134
	Рассольник Ленинградский со сметаной	300/10	4,8	9,5	18,8	167
	Зразы Ленивые	120	12,6	23,6	14	265
	Капуста тушеная	230	5	7,5	21,7	173
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за обед</b>		<b>35,5</b>	<b>52,3</b>	<b>130,6</b>	<b>1144</b>
полдник 16.15-16.45	Ряженка	200	5,6	0,1	16,4	91
	Печенье 2 шт.	52	4	4,7	37,3	283,3
	<b>итого за полдник</b>		<b>9,6</b>	<b>4,8</b>	<b>53,7</b>	<b>374,3</b>
ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	100	2,8	4,9	2,9	70
	Рыба, тушенная в томате с овощами	120	22,5	10,9	5,5	209
	Пюре картофельное	200	4,1	7,6	30,9	214
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за ужин</b>		<b>40,7</b>	<b>24,7</b>	<b>141,6</b>	<b>991</b>
2 ужин	Груша свежая	191,3	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>125,2</b>	<b>136</b>	<b>533,1</b>	<b>3860,6</b>

руб.

394

коп.

39

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина