

Меню приготавливаемых блюд на

19 ноября 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 7						
завтрак 7.40- 8.10	Каша овсяная жидкая	200/5	6,7	9,8	27	223
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	18	34,7	407
	итого за завтрак		24,7	31,4	84,5	765
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Гренкис сыром	50	7,8	8	29,3	220
	итого за 2 завтрак		10,8	11,1	47,2	329
обед 13.30- 14.00	Салат из солёных огурцов с луком	100	2,8	4,9	2,9	70
	Суп крестьянский с крупой	300/12	2,9	7,3	14	134
	Тефтели из говядины	200/50	24,4	34,6	27,4	518
	Картофель отварной с маслом	230/5	8,5	9,8	31,9	393
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		49,9	57,9	178,5	1613
полдник 16.15-16.45	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Печенье 3 шт.	77,5	4	4,7	37,3	283,3
	итого за полдник		4,5	4,7	46,4	361,3
ужин 19.00- 19.30	Салат из квашенной капусты	100	1,5	4,5	7	76
	Рыба припущенная	90	23,5	7	0,4	158
	Макаронные изделия отварные	180/6	8,4	7,6	51,1	301
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		42,5	20,3	133,1	915
2 ужин	Яблоко	142,5	1,5	0	30	80
Итого за день:			133,9	125,4	519,7	4063,3

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

руб.

486

коп.

17

Л.Г. Лопатина