

Меню приготавливаемых блюд на

20 апреля 2024г.

Школа

КОГОБУ ШИ ОВЗ с. Успенское Слободского района

Возрастная категория: 12 лет и старше

Время приёма пищи	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
День 6								
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный	125	13,1	18,2	2,2	225	142	2010
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109	189	2010
	Бутерброд с маслом и сыром	127	19,8	33	40	450	2	2010
	Итого за приём пищи:	452	35,9	54,3	60,1	784		
2 завтрак 10.50-11.10	Йогурт	227,27	5,6	0,1	16,4	91	181	2010
	Пряники 2 шт.	60	4	4,7	37,34	283,3		
	Итого за приём пищи:	287,27	9,6	4,77	53,74	374,3		
обед 13.30-15.20	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,9	4	5	60	8	2004
	Щи из свежей капусты с картофелем	319	2,5	6,4	8,7	102	33	2010
	Котлета мясная	120	17,4	16,3	15,4	280	66	2010
	Пюре розовое	230	6,9	9,6	38,9	199	119	2004
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171	196	2010
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166	10	2011
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161	11	2011
	Итого за приём пищи:	1 119	39	37,6	170,3	1 139		
полдник 16.25-16.55	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78	5	2011
	Печенье 3 шт.	43,64	4	4,67	37,3	283,3		
	Итого за приём пищи:	243,64	4,5	4,67	46,44	361,3		
ужин 18.45-19.45	Салат картофельный с зелёным горошком	100	3,2	10	9,3	141	22	2010
	Голубцы ленивые	140	8,3	6,5	7,7	122	75	2010
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	184	2010
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166	10	2011
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161	11	2011
	Итого за приём пищи:	590	20,6	17,7	91,6	643		
2 унин	Яблоко	129,09	1,5	0	30	80		
	Итого за приём пищи:	129,09	1,5	0	30	80		
Всего за день:		2821,00	111,10	119,04	452,18	3381,6		

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
541	39