

## Меню приготавливаемых блюд на

20 ноября 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 1						
завтрак 7.40-8.10	Каша Дружба	150/4	4,6	6,4	24,3	174
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом	50/15	5,7	16	26,4	200
	<b>итого за завтрак</b>		<b>13,3</b>	<b>25,5</b>	<b>68,6</b>	<b>483</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Яйцо вареное 1 шт.	40	4,5	3,8	0,1	63
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,4	106,5
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>11,9</b>	<b>7,85</b>	<b>48,3</b>	<b>304,5</b>
обед 13.30-14.00	Салат из свёклы с сыром и чесноком	90	4,8	13,1	12,9	171
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,1	5,6	7,3	88
	Плов из курицы	250	23,8	24,3	40,2	479
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	25,4	99
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107
	<b>итого за обед</b>		<b>38,1</b>	<b>44</b>	<b>135,1</b>	<b>1110</b>
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
полдник 16.15-16.45	Пирожки из б/к капусты	100	5,1	5,3	26,1	174
	<b>итого за полдник</b>		<b>5,6</b>	<b>5,3</b>	<b>35,2</b>	<b>252</b>
ужин 19.00-19.30	Рыба запеченная с яйцом	40/15	19,7	12,1	3,8	203
	Запеканка из творога с повидлом	150/20	28,3	21	44,4	400
	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
	<b>итого за ужин</b>		<b>57,6</b>	<b>34,1</b>	<b>138,9</b>	<b>1047</b>
2 ужин	Груша свежая	205	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>128</b>	<b>116,75</b>	<b>456,1</b>	<b>3276,5</b>

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

руб.

343

коп.

65

Л.Г. Лопатина

## Меню приготавливаемых блюд на

20 ноября 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 1						
завтрак 7.40-8.10	Каша Дружба	200/5	6,1	8,5	32,4	232
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	18	34,7	407
	<b>итого за завтрак</b>		<b>23,5</b>	<b>29,6</b>	<b>85</b>	<b>748</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Яйцо вареное 1 шт.	40	4,5	3,8	0,1	63
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,4	106,5
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>11,9</b>	<b>7,85</b>	<b>48,3</b>	<b>304,5</b>
обед 13.30-14.00	Салат из свёклы с сыром и чесноком	100	5,4	14,6	14,3	189
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	300/15	2,5	6,4	8,7	102
	Плов из курицы	300	29,5	30	47,3	581
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	25,4	99
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	100	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за обед</b>		<b>46,5</b>	<b>52,3</b>	<b>156,6</b>	<b>1298</b>
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
полдник 16.15-16.45	Пирожки из б/к капусты	100	6	6,8	29,5	205
	<b>итого за полдник</b>		<b>6,5</b>	<b>6,8</b>	<b>38,6</b>	<b>283</b>
ужин 19.00-19.30	Рыба запеченная с яйцом	50/20	24,8	15,3	4,8	256
	Запеканка из творога с повидлом	220/53	52,8	48	74	665
	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	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за ужин</b>		<b>88,9</b>	<b>64,6</b>	<b>181,1</b>	<b>1419</b>
2 ужин	Груша свежая	205	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>178,8</b>	<b>161,15</b>	<b>539,6</b>	<b>4132,5</b>

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
410	72