

Меню приготавливаемых блюд на

21 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 7								
завтрак 7.40-8.10	Каша овсяная молочная жидкая	205	6,7	9,8	27	223	120	2010
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	192	2010
	Бутерброд с маслом	115	14,4	18	34,7	407	3	2010
	Итого за приём пищи:	520	24,7	31,4	84,5	765		
2 завтрак 10.50-11.10	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109	189	2010
	Гренки с сыром	50	7,8	8	29,3	220	184	2004
	Итого за приём пищи:	250	10,8	11,1	47,2	329		
обед 13.30-15.20	Салат из солёных огурцов с луком	100	2,8	4,9	2,9	70	14	2004
	Суп крестьянский с крупой	316	2,9	7,3	14	134	43	2010
	Зразы ленивые	120	12,6	23,6	14	265	97	2004
	Макаронные изделия отварные	186	8,4	7,6	51,1	301	137	2010
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171	196	2010
	Хлеб пшеничный	40	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:	1 037	38	45	184	1 268		
	полдник 16.25-16.55	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78	5
Печенье 3 шт.		43,57	4	4,67	37,3	283,3		
Итого за приём пищи:		243,57	4,5	4,67	46,4	361,3		
ужин 18.45-19.45	Салат из квашеной капусты	100	1,5	4,5	7	76	4	2010
	Котлета рыбная	100	14,9	11,4	12,9	215	56	2010
	Пюре картофельное	200	4,1	7,6	30,9	214	94	2010
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	184	2010
	Хлеб пшеничный	40	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:	715	29,6	24,7	125,4	885		
2 ужин	Яблоко	111,11	1,5	0	30	80		
	Итого за приём пищи:	111,11	1,5	0	30	80		
Всего за день:		2876,68	109,1	116,57	517,8	3688,3		

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



руб.

355

коп.

69

Л.Г. Лопатина