

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Н.В. Усатова

Приложение №1
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на

22 января 2024г.

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
	итого за завтрак		13,3	25,5	68,6	483
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
	Груша свежая	177	1,5	0	30	80
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,4	106,5
	итого за 2 завтрак		13,4	7,85	78,3	384,5
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	250/9	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
	итого за обед		38,1	44	135,1	1110
полдник 16.15-16.45	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Пирожки из б/к капусты	75	5,1	5,3	26,1	174
	итого за полдник		5,6	5,3	35,2	252
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
	итого за ужин		57,6	34,1	138,9	1047
2 ужин	Яблоко	124	1,5	0	30	80
Итого за день:			129,5	116,75	486,1	3356,5

руб.	коп.
376	97

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
22 января 2024г.

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
	итого за завтрак		23,5	29,6	85	748
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
	Груша свежая	176,89	1,5	0	30	80
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,4	106,5
	итого за 2 завтрак		13,4	7,85	78,3	384,5
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	300/9	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
	итого за обед		46,5	52,3	156,6	1298
полдник 16.15-16.45	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Пирожки из б/к капусты	100	6	6,8	29,5	205
	итого за полдник		6,5	6,8	38,6	283
ужин 19.00-19.30	Рыба запеченная с яйцом	50/20	24,8	15,3	4,8	256
	Запеканка из творога с повидлом	220/33	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
	итого за ужин		88,9	64,6	181,1	1419
2 ужин	Яблоко	124,48	1,5	0	30	80
Итого за день:			180,3	161,15	569,6	4212,5

руб.	коп.
443	10

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина