

Н.В. Усатова

Меню приготавливаемых блюд на

23 сентября 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 6						
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	150/5	13,1	18,2	2,2	225
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом и сыром	100/15/12	19,8	33	40	450
	итого за завтрак		35,9	54,3	60,1	784
2 завтрак 11.30-12.00	Йогурт	208,33	5,6	0,1	16,4	91
	Банан	216,67	1,5	0	30	80
	Печенье 2 шт.	50	4	4,7	37,3	283,3
	итого за 2 завтрак		11,1	4,8	83,7	454,3
обед 13.30-14.00	Салат Пестрый	100	1	7,9	9,7	83
	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	3,3	3,1	22,6	134
	Котлета рубленая из птицы	120	24,2	29,8	15,4	429
	Капуста тушеная	230	5	7,5	21,7	173
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	итого за обед		44,8	49,6	171,7	1317
полдник 16.15-16.45	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	Конфеты шоколадные 2 шт.	30	4	4,7	37,3	283,3
	итого за полдник		4,2	4,7	51	336,3
ужин 19.00-19.30	Салат из квашенной капусты	100	1,5	4,5	7	76
	Тефтели рыбные	120/50	16,3	14	18,3	265
	Картофель отварной с маслом	230/5	8,5	9,8	31,9	393
	Сок	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	итого за ужин		35,7	29,5	127,2	1139
2 ужин	Груша свежая	183,33	1,5	0	30	80
Итого за день:			133,2	142,9	523,7	4110,6

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
464	35