

Н.В. Усатова

## Меню приготавливаемых блюд на

24 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 3						
завтрак 7.40-8.10	Каша манная с маслом	150/4	4,5	7,4	21,9	161
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом	50/15	5,7	16	26,4	200
	<b>итого за завтрак</b>		<b>13,8</b>	<b>27</b>	<b>71,1</b>	<b>496</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Банан	187	1,5	0	30	80
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>10,15</b>	<b>10,77</b>	<b>75,6</b>	<b>386,6</b>
обед 13.30-14.00	Салат Студенческий	80	3	10,4	4,9	107
	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/12	3,4	6,7	15,7	126
	Зразы Ленивые	100	10,5	14,7	11,7	221
	Капуста тушеная	200	4,3	6,5	18,8	151
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	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>28,9</b>	<b>39,2</b>	<b>109,5</b>	<b>956</b>
	полдник 16.15-16.45	Ряженка	243,5	5,6	0,1	16,4
Плюшка Новомосковская		60	4,4	3,1	27,9	159
<b>итого за полдник</b>			<b>10</b>	<b>3,2</b>	<b>44,3</b>	<b>250</b>
ужин 19.00-20.30		Салат из солёных огурцов с луком	90	2,3	4,5	2,4
	Рыба, тушеная в томате с овощами	70	20,2	9,5	4,6	184
	Пюре картофельное	180	3,69	6,4	24,2	167
	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>35,79</b>	<b>21,4</b>	<b>121,9</b>	<b>856</b>
	2 ужин	Груша свежая	225	1,5	0	30
<b>Итого за день:</b>			<b>98,64</b>	<b>101,57</b>	<b>422,4</b>	<b>2944,6</b>

руб.	коп.
390	21

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

## Меню приготавливаемых блюд на

24 января 2024г.

Школа

КОГБУ 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 3						
завтрак 7.40-8.10	Каша манная с маслом	200/5	6	9,8	29,2	214
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	18	34,7	407
	<b>итого за завтрак</b>		<b>24</b>	<b>31,4</b>	<b>86,7</b>	<b>756</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Банан	187,2	1,5	0	30	80
	Гренки мягкие	70	5,65	7,67	27,7	197,6
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>10,15</b>	<b>10,77</b>	<b>75,6</b>	<b>386,6</b>
обед 13.30-14.00	Салат Студенческий	100	3,7	10,5	6,1	134
	Рассольник Ленинградский со сметаной	300/12	4,8	9,5	18,8	167
	Зразы Ленивые	120	12,6	23,6	14	265
	Капуста тушеная	230	5	7,5	21,7	173
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	166
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,1	0,9	34,8	161
	<b>итого за обед</b>		<b>35,5</b>	<b>52,3</b>	<b>130,6</b>	<b>1144</b>
полдник 16.15-16.45	Ряженка	243,62	5,6	0,1	16,4	91
	Плюшка Новомосковская	90	6,6	4,7	41,9	238
	<b>итого за полдник</b>		<b>12,2</b>	<b>4,8</b>	<b>58,3</b>	<b>329</b>
	ужин 19.00-19.30	Салат из солёных огурцов с луком	100	2,8	4,9	2,9
Рыба, тушеная в томате с овощами		140	22,5	10,9	5,5	209
Пюре картофельное		200	4,1	7,6	30,9	214
Компот из сухофруктов		200	2,4	0,1	41,4	171
Хлеб пшеничный		50	3,8	0,3	26,1	166
Хлеб ржан-пшеничный		75	5,1	0,9	34,8	161
<b>итого за ужин</b>			<b>40,7</b>	<b>24,7</b>	<b>141,6</b>	<b>991</b>
2 ужин	Груша свежая	225	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>124,05</b>	<b>123,97</b>	<b>522,8</b>	<b>3686,6</b>

руб.	коп.
436	54

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина