

УТВЕРЖДАЮ

Директор

 Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на

26 сентября 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 1 День 2 | | | | | | |
| завтрак 7.40-8.10 | Каша пшеничная с маслом | 150/4 | 5,46 | 7,47 | 25,2 | 193 |
| | Кофейный напиток на молоке | 200 | 3 | 3,1 | 17,9 | 109 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 50/12/10 | 13,8 | 17 | 37,5 | 309 |
| | итого за завтрак | | 22,26 | 27,57 | 80,6 | 611 |
| 2 завтрак 11.30-12.00 | Ряженка | 193,15 | 5,6 | 0,1 | 16,4 | 91 |
| | Гренки мягкие | 70 | 5,65 | 7,67 | 27,7 | 197,6 |
| | Груша свежая | 257,5 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| | итого за 2 завтрак | | 12,75 | 7,77 | 74,1 | 368,6 |
| обед 13.30-14.00 | Салат Студенческий | 80 | 3 | 10,4 | 4,9 | 107 |
| | Уха рыбацкая | 250/30 | 5,2 | 3,3 | 13,8 | 107 |
| | Биточек мясной | 100 | 14,5 | 12 | 12,8 | 218 |
| | Капуста тушеная | 200 | 4,3 | 6,5 | 18,8 | 151 |
| | 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 обед | | 36,6 | 33,2 | 141 | 1027 |
| полдник 16.15-16.45 | Чай сладкий | 200 | 0,2 | 0 | 13,7 | 53 |
| | Дучмаки с творогом | 75 | 12,8 | 15,8 | 19,6 | 245 |
| | итого за полдник | | 13 | 15,8 | 33,3 | 298 |
| ужин 19.00-19.30 | Салат из солёных огурцов с луком | 90 | 2,3 | 4,5 | 2,4 | 61 |
| | Котлета рыбная | 80 | 11,9 | 9,1 | 10,3 | 172 |
| | Пюре картофельное | 180 | 3,69 | 6,4 | 24,2 | 167 |
| | 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 |
| | итого за ужин | | 25,59 | 20,9 | 95,3 | 751 |
| 2 ужин | Яблоко | 140 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| Итого за день: | | | 111,7 | 105,24 | 454,3 | 3135,6 |

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

| руб. | коп. |
|------|------|
| 387 | 19 |

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на

26 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 1 День 2 | | | | | | |
| завтрак 7.40-8.10 | Каша пшеничная с маслом | 200/5 | 7,3 | 8,9 | 33,7 | 245 |
| | 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 | | 30,1 | 45 | 91,6 | 804 |
| 2 завтрак 11.30-12.00 | Ряженка | 193,19 | 5,6 | 0,1 | 16,4 | 91 |
| | Гренки мягкие | 70 | 5,65 | 7,67 | 27,7 | 197,6 |
| | Банан | 158,19 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| | итого за 2 завтрак | | 12,75 | 7,77 | 74,1 | 368,6 |
| обед 13.30-14.00 | Салат Студенческий | 100 | 3,7 | 10,5 | 6,1 | 134 |
| | Уха рыбацкая | 300/35 | 6,3 | 4 | 16,5 | 128 |
| | Биточек мясной | 120 | 17,4 | 16,3 | 15,4 | 280 |
| | Капуста тушеная | 230 | 5 | 7,5 | 21,7 | 173 |
| | 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 |
| | итого за обед | | 43,7 | 39,6 | 162 | 1213 |
| полдник 16.15-16.45 | Чай сладкий | 200 | 0,2 | 0 | 13,7 | 53 |
| | Дучмаки с творогом | 100 | 13 | 16,7 | 26,1 | 300 |
| | итого за полдник | | 13,2 | 16,7 | 39,8 | 353 |
| ужин 19.00-19.30 | Салат из солёных огурцов с луком | 100 | 2,8 | 4,9 | 2,9 | 70 |
| | Котлета рыбная | 100 | 14,9 | 11,4 | 12,9 | 215 |
| | Пюре картофельное | 200 | 4,1 | 7,6 | 30,9 | 214 |
| | 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 |
| | итого за ужин | | 31,2 | 25,1 | 116,7 | 904 |
| 2 ужин | Яблоко | 140 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| Итого за день: | | | 132,45 | 134,17 | 514,2 | 3722,6 |

руб.

412

коп.

45

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина