

Н.В. Усатова

Меню приготавливаемых блюд на

27 марта 2024г.

Школа

КОГБУ 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 и сыром | 50/12/15 | 13,8 | 17 | 37,5 | 309 |
| | итого за завтрак | | 21,9 | 28 | 82,2 | 605 |
| 2 завтрак 11.30-12.00 | Сок фруктовый | 200 | 0,5 | 0 | 9,1 | 78 |
| | Банан | 223 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| | Гренки мягкие | 70 | 5,65 | 7,67 | 27,7 | 197,6 |
| | итого за 2 завтрак | | 7,65 | 7,67 | 66,8 | 355,6 |
| обед 13.30-14.00 | Салат Студенческий | 80 | 3 | 10,4 | 4,9 | 107 |
| | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/13 | 3,4 | 6,7 | 15,7 | 126 |
| | Зразы Ленивые | 120 | 10,5 | 14,7 | 11,7 | 221 |
| | 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 | | 30,8 | 39,3 | 141,8 | 1049 |
| полдник 16.15-16.45 | Ряженка | 173 | 5,6 | 0,1 | 16,4 | 91 |
| | Плюшка Новомосковская | 60 | 4,4 | 3,1 | 27,9 | 159 |
| | итого за полдник | | 10 | 3,2 | 44,3 | 250 |
| ужин 19.00-19.30 | Салат из солёных огурцов с луком | 90 | 2,3 | 4,5 | 2,4 | 61 |
| | Рыба, тушенная в томате с овощами | 140 | 20,2 | 9,5 | 4,6 | 184 |
| | Картофель отварной с маслом | 200/5 | 7,9 | 9,2 | 27,7 | 368 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 13,7 | 53 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 26,1 | 166 |
| | Хлеб ржан-пшеничный | 50 | 3,4 | 0,6 | 23,2 | 107 |
| итого за ужин | | 37,8 | 24,1 | 97,7 | 939 | |
| 2 ужин | Яблоко | 136 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| Итого за день: | | | 108,15 | 102,27 | 432,8 | 3198,6 |

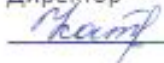
Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

| | |
|------|------|
| руб. | коп. |
| 391 | 57 |



Меню приготавливаемых блюд на

27 марта 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 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 и сыром | 100/15/12 | 19,8 | 33 | 40 | 450 |
| | итого за завтрак | | 29,4 | 46,4 | 92 | 799 |
| 2 завтрак 11.30-12.00 | Сок фруктовый | 200 | 0,5 | 0 | 9,1 | 78 |
| | Банан | 223,1 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| | Гренки мягкие | 70 | 5,65 | 7,67 | 27,7 | 197,6 |
| | итого за 2 завтрак | | 7,65 | 7,67 | 66,8 | 355,6 |
| обед 13.30-14.00 | Салат Студенческий | 100 | 3,7 | 10,5 | 6,1 | 134 |
| | Рассольник Ленинградский со сметаной | 300/14 | 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 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 2,4 | 0,1 | 41,4 | 171 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 26,1 | 166 |
| | Хлеб ржан-пшеничный | 100 | 5,1 | 0,9 | 34,8 | 161 |
| | итого за обед | | 37,4 | 52,4 | 162,9 | 1237 |
| | полдник 16.15-16.45 | Ряженка | 173,1 | 5,6 | 0,1 | 16,4 |
| Плюшка Новомосковская | | 90 | 6,6 | 4,7 | 41,9 | 238 |
| итого за полдник | | | 12,2 | 4,8 | 58,3 | 329 |
| ужин 19.00-19.30 | Салат из солёных огурцов с луком | 100 | 2,8 | 4,9 | 2,9 | 70 |
| | Рыба, тушеная в томате с овощами | 160 | 22,5 | 10,9 | 5,5 | 209 |
| | Картофель отварной с маслом | 280/5 | 8,5 | 9,8 | 31,9 | 393 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 13,7 | 53 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 26,1 | 166 |
| | Хлеб ржан-пшеничный | 50 | 5,1 | 0,9 | 34,8 | 161 |
| | итого за ужин | | 42,9 | 26,8 | 114,9 | 1052 |
| 2 ужин | Яблоко | 136,91 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| Итого за день: | | | 131,05 | 138,07 | 524,9 | 3852,6 |

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

руб.

426

коп.

34