



Н.В. Усатова

## Менюготавливаемых блюд на

27 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 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	50/10	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	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Конфеты шоколадные 2 шт.	34	4	4,7	37,3	283,3
	Гренки с сыром	30	4,7	4,8	17,58	132
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>9,2</b>	<b>9,5</b>	<b>63,98</b>	<b>493,3</b>
обед 13.30-14.00	Салат Витаминный	80	1,2	3,6	8,6	71
	Борщ с б/к капустой и картофелем со сметаной	250/10	1,9	5,5	12	105
	Зразы школьные	100	12,9	11,6	10,9	201
	Морковь тушеная с рисом	200	3,5	10,1	34	243
	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 обед</b>		<b>29,1</b>	<b>31,8</b>	<b>156,2</b>	<b>1064</b>
полдник 16.15-16.45	Йогурт	215	5,6	0,1	16,4	91
	Пирог с повидлом	80	4,7	2,3	43,5	213
	<b>итого за полдник</b>		<b>10,3</b>	<b>2,4</b>	<b>59,9</b>	<b>304</b>
ужин 19.00-19.30	Салат из моркови с огурцами и зеленым горошком	80	1,2	5,9	3,3	71
	Котлета рубленая из птицы	100	20,2	24,9	12,8	357
	Картофель отварной с маслом	200/5	7,9	9,2	27,7	368
	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	13,9	55
	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>36,7</b>	<b>41</b>	<b>107</b>	<b>1124</b>
2 ужин	Яблоко	153	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>100,6</b>	<b>111,7</b>	<b>488,18</b>	<b>3561,3</b>

руб.

коп.

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

Директор

Н.В. Усатова

## Меню приготавливаемых блюд на

27 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 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	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Конфеты шоколадные 2 шт.	34,11	4	4,7	37,3	283,3
	Гренки с сыром	50	7,8	8	29,3	220
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>12,3</b>	<b>12,7</b>	<b>75,7</b>	<b>581,3</b>
обед 13.30-14.00	Салат Витаминный	100	1,5	4,6	10,8	89
	Борщ с б/к капустой и картофелем со сметаной	300/11	2,3	6,3	14,3	122
	Зразы школьные	120	15,5	14	13,1	242
	Морковь тушеная с рисом	230	4,1	11,7	39,1	280
	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 обед</b>		<b>34,7</b>	<b>37,9</b>	<b>179,6</b>	<b>1231</b>
полдник 16.15-16.45	Йогурт	216,11	5,6	0,1	16,4	91
	Пирог с повидлом	100	5,9	3,1	54,5	268
	<b>итого за полдник</b>		<b>11,5</b>	<b>3,2</b>	<b>70,9</b>	<b>359</b>
ужин 19.00-19.30	Салат из моркови с огурцами и зеленым горошком	100	1,5	7,4	4,1	89
	Котлета рубленая из птицы	120	24,2	29,8	15,4	429
	Картофель отварной с маслом	230/5	8,5	9,8	31,9	393
	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	13,9	55
	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>43,3</b>	<b>48,3</b>	<b>126,2</b>	<b>1293</b>
2 ужин	Яблоко	153	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>127,3</b>	<b>133,5</b>	<b>569,1</b>	<b>4300,3</b>

руб.

коп.

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина