

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

## Меню приготавливаемых блюд на

28 февраля 2024г.

Школа

КОГОБУ ШИ ОВЗ с. Успенское Слободского района

Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи               | Наименование блюда                             | Вес блюда | Пищевые вещества |             |               | Энергетическая<br>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                             | 50/15     | 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<br>11.30-12.00 | Сок фруктовый                                  | 200       | 0,5              | 0           | 9,1           | 78                         |
|                          | Банан  | 187       | 1,5              | 0           | 30            | 80                         |
|                          | Гренки с сыром                                 | 30        | 4,7              | 4,8         | 17,58         | 132                        |
|                          | <b>итого за 2 завтрак</b>                      |           | <b>6,7</b>       | <b>4,8</b>  | <b>56,68</b>  | <b>290</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   | 250/9     | 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                        |
|                          | Кисель абрикосовый                             | 200       | 0,01             | 0           | 36,36         | 141,31                     |
|                          | 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>26,71</b>     | <b>31,7</b> | <b>151,16</b> | <b>1034,31</b>             |
| полдник<br>16.15-16.45   | Йогурт   | 214       | 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                         |
|                          | Рыба, тушеная в томате с овощами               | 80        | 20,2             | 9,5         | 4,6           | 184                        |
|                          | Картофель отварной с маслом                    | 150/5     | 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>25,6</b> | <b>98,8</b>   | <b>951</b>                 |
| 2 ужин                   | Яблоко   | 156       | 1,5              | 0           | 30            | 80                         |
| <b>Итого за день:</b>    |  |           | <b>95,71</b>     | <b>91,5</b> | <b>467,64</b> | <b>3155,31</b>             |

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Л.Г. Лопатина

|      |      |
|------|------|
| руб. | коп. |
| 337  | 46   |

## Меню приготавливаемых блюд на

28 февраля 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 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                      |
|                       | Банан  | 188,02    | 1,5              | 0            | 30            | 80                      |
|                       | Гренки с сыром                                 | 50        | 7,8              | 8            | 29,3          | 220                     |
|                       | <b>итого за 2 завтрак</b>                      |           | <b>9,8</b>       | <b>8</b>     | <b>68,4</b>   | <b>378</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   | 300/10    | 2,3              | 6,3          | 14,3          | 122                     |
|                       | Зразы школьные                                 | 100       | 15,5             | 14           | 13,1          | 242                     |
|                       | Морковь тушеная с рисом                        | 230       | 4,1              | 11,7         | 39,1          | 280                     |
|                       | Кисель абрикосовый                             | 200       | 0,01             | 0            | 36,36         | 141,31                  |
|                       | Хлеб пшеничный                                 | 33        | 3,8              | 0,3          | 26,1          | 166                     |
|                       | Хлеб ржан-пшеничный                            | 100       | 5,1              | 0,9          | 34,8          | 161                     |
|                       | <b>итого за обед</b>                           |           | <b>32,31</b>     | <b>37,8</b>  | <b>174,56</b> | <b>1201,31</b>          |
| полдник 16.15-16.45   | Йогурт   | 214,39    | 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                      |
|                       | Рыба, тушеная в томате с овощами               | 140       | 22,5             | 10,9         | 5,5           | 209                     |
|                       | 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                                 | 33        | 3,8              | 0,3          | 26,1          | 166                     |
|                       | Хлеб ржан-пшеничный                            | 50        | 5,1              | 0,9          | 34,8          | 161                     |
|                       | <b>итого за ужин</b>                           |           | <b>41,6</b>      | <b>29,4</b>  | <b>116,3</b>  | <b>1073</b>             |
| 2 ужин                | Яблоко   | 156,73    | 1,5              | 0            | 30            | 80                      |
| <b>Итого за день:</b> |  |           | <b>120,71</b>    | <b>109,8</b> | <b>546,86</b> | <b>3847,31</b>          |

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

|      |      |
|------|------|
| руб. | коп. |
| 369  | 09   |