

Меню приготавливаемых блюд на

28 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 4 | | | | | | |
| завтрак 7.40-8.10 | Пудинг из творога запеченный с повидлом | 250/20 | 25,7 | 13,7 | 66,7 | 488 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,6 | 3,6 | 22,8 | 135 |
| | Бутерброд с маслом | 50/10 | 5,7 | 16 | 26,4 | 200 |
| | итого за завтрак | | 35 | 33,3 | 115,9 | 823 |
| 2 завтрак 11.30-12.00 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 3 | 3,1 | 17,9 | 109 |
| | Банан | 234,38 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| | Сушка 5 шт. | 25,5 | 4 | 4,7 | 37,3 | 283,3 |
| | итого за 2 завтрак | | 8,5 | 7,8 | 85,2 | 472,3 |
| обед 13.30-14.00 | Салат из свёклы с сыром и чесноком | 90 | 4,8 | 13,1 | 12,9 | 171 |
| | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/10 | 3,4 | 6,7 | 15,7 | 126 |
| | Гуляш | 50/50 | 20,2 | 18,7 | 2,8 | 187 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150/5 | 9,5 | 8,7 | 38,2 | 264 |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0,1 | 25,4 | 99 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 3,8 | 0,3 | 26,1 | 166 |
| | Хлеб ржан-пшеничный | 50 | 3,4 | 0,6 | 23,2 | 107 |
| | итого за обед | | 45,3 | 48,2 | 144,3 | 1120 |
| полдник 16.15-16.45 | Молоко кипяченое | 200 | 5,8 | 6,5 | 9 | 116 |
| | Ватрушка с картофелем | 80 | 5,3 | 3,3 | 28,7 | 167 |
| | итого за полдник | | 11,1 | 9,8 | 37,7 | 283 |
| ужин 19.00-19.30 | Сельдь с луком | 53/7 | 5,1 | 4,4 | 2,1 | 68 |
| | Запеканка картофельная с овощами | 180/35 | 6,1 | 9,3 | 27,9 | 222 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,5 | 0 | 9,1 | 78 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 3,8 | 0,3 | 26,1 | 166 |
| | Хлеб ржан-пшеничный | 50 | 3,4 | 0,6 | 23,2 | 107 |
| | итого за ужин | | 18,9 | 14,6 | 88,4 | 641 |
| 2 ужин | Яблоко | 137,12 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| Итого за день: | | | 120,3 | 113,7 | 501,5 | 3419,3 |

руб.

343

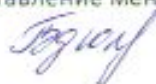
коп.

20

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на

28 сентября 2023г.

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 1 День 4 | | | | | | |
| завтрак 7.40-8.10 | Пудинг из творога запеченный с повидлом | 280/25 | 32,1 | 17,1 | 83,3 | 609 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,6 | 3,6 | 22,8 | 135 |
| | Бутерброд с маслом | 100/15 | 14,4 | 18 | 34,7 | 407 |
| | итого за завтрак | | 50,1 | 38,7 | 140,8 | 1151 |
| 2 завтрак 11.30-12.00 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 3 | 3,1 | 17,9 | 109 |
| | Банан | 235 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| | Сушка 5 шт. | 25,6 | 4 | 4,7 | 37,3 | 283,3 |
| | итого за 2 завтрак | | 8,5 | 7,8 | 85,2 | 472,3 |
| обед 13.30-14.00 | Салат из свёклы с сыром и чесноком | 100 | 5,4 | 14,6 | 14,3 | 189 |
| | Рассольник Ленинградский со сметаной | 300/15 | 4,8 | 9,5 | 18,8 | 167 |
| | Гуляш | 50/50 | 32,9 | 28,9 | 3,7 | 347 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180/6 | 10,9 | 8,9 | 53,9 | 303 |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0,1 | 25,4 | 99 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 3,8 | 0,3 | 26,1 | 166 |
| | Хлеб ржан-пшеничный | 75 | 5,1 | 0,9 | 34,8 | 161 |
| | итого за обед | | 63,1 | 63,2 | 177 | 1432 |
| полдник 16.15-16.45 | Молоко кипяченое | 200 | 5,8 | 6,5 | 9 | 116 |
| | Ватрушка с картофелем | 80 | 6,5 | 4 | 35,9 | 208 |
| | итого за полдник | | 12,3 | 10,5 | 44,9 | 324 |
| ужин 19.00-19.30 | Сельдь с луком | 55/7 | 5,2 | 4,6 | 2,3 | 72 |
| | Запеканка картофельная с овощами | 230/40 | 7 | 10,8 | 32 | 255 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,5 | 0 | 9,1 | 78 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 3,8 | 0,3 | 26,1 | 166 |
| | Хлеб ржан-пшеничный | 75 | 5,1 | 0,9 | 34,8 | 161 |
| | итого за ужин | | 21,6 | 16,6 | 104,3 | 732 |
| 2 ужин | Яблоко | 137,15 | 1,5 | 0 | 30 | 80 |
| Итого за день: | | | 157,1 | 136,8 | 582,2 | 4191,3 |

| | |
|------|------|
| руб. | коп. |
| 428 | 53 |

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина