



Н.В. Усатова

## Меню приготавливаемых блюд на

30 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 13						
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	120/5	13,1	18,2	2,2	225
	Кофейный напиток на молоке	200	3	3,1	17,9	109
	Бутерброд с маслом	100/15	19,8	33	40	450
	<b>итого за завтрак</b>		<b>35,9</b>	<b>54,3</b>	<b>60,1</b>	<b>784</b>
2 завтрак 11.30-12.00	Йогурт	200	5,6	0,1	16,4	91
	Груша	133,33	1,5	0	30	80
	Печенье 5 шт.	63,33	4	4,7	37,3	283,3
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>11,1</b>	<b>4,8</b>	<b>83,7</b>	<b>454,3</b>
обед 13.30-14.00	Салат "Пёстрый"	100	1	7,9	9,7	83
	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	3,3	3,1	22,6	134
	Котлета рубленая из птицы	100	24,2	29,8	15,4	429
	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
	<b>итого за обед</b>		<b>44,8</b>	<b>49,6</b>	<b>171,7</b>	<b>1317</b>
полдник 16.15-16.45	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78
	Конфеты шоколадные 2 шт.	37,33	4	4,7	37,3	283,3
	<b>итого за полдник</b>		<b>4,5</b>	<b>4,7</b>	<b>46,4</b>	<b>361,3</b>
ужин 19.00-19.30	Икра овощная (морковная)	100	2,1	7,3	10,3	115
	Тефтели рыбные	120/50	16,3	14	18,3	265
	Каша рисовая рассыпчатая	180/6	5,2	6,8	49,1	283
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
	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>32,7</b>	<b>29,3</b>	<b>152,3</b>	<b>1043</b>
2 ужин	Яблоко свежее	154,67	1,5	0	30	80
<b>Итого за день:</b>			<b>130,5</b>	<b>142,7</b>	<b>544,2</b>	<b>4039,6</b>

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Л.Г. Лопатина

руб.	коп.
413	25