

Меню приготавливаемых блюд на 09 марта 2023г.

Школа

КОГОБУ ШИ ОВЗ с. Успенское Слободского района

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
завтрак 7.40-8.10	Каша овсяная жидкая	150/4	5	7,3	22,2	221	311-2004
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Бутерброд с маслом	50/15	8,7	26	36,4	300	001-2004
	итого за завтрак		17,3	36,9	81,4	656	
2 завтрак 09.50-11.20	Сок фруктовый	193	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Печенье	41,3	1,5	2	15,2	202	001-2004
	итого за 2 завтрак		2	2	24,3	287	
обед 13.30-15.00	Салат Здоровье	100	1,3	6,9	4,6	76	21-2003
	Уха с крупой	250	7,2	6	13	125	181-2004
	Азу	125	20,9	27,8	4,4	330	005.2010
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,3	7,7	38,2	174	29-2004
	Кисель из яблок	200	0,1	0,1	19	129	381-2003
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,4	24,3	119	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,5	0,6	21,2	107	148-2004
	итого за обед		46,1	49,5	124,7	1060	
полдник 16.00-16.30	Молоко кипяченое	200	5,8	6,5	9	135	644-1996
	Банан	253,1	1,1	0,26	10	138	147-2011
	Булочка молочная	50	4,7	1,1	26	135	779-2004
	итого за полдник		11,6	7,86	45	408	
ужин 18.45-19.30	Рыба припущенная	60	13	5,6	5,3	136	371-2004
	Салат из солёных огурцов	80	0,5	6,1	2,6	57	37-2004
	Пюре розовое	100	6,9	8,4	17,5	173	311-2004
	Чай с лимоном и сахаром	200/10	0,2	0,1	13,9	90	686-2004
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,4	24,3	119	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,5	0,6	21,2	107	148-2004
	итого за ужин		27,9	21,2	84,8	682	
2 ужин	Груша свежая	193,5	0,6	0,6	14,7	130	338-2011
Итого за день:			105,5	118,06	374,9	3223	

Стоимость питания

руб.	коп.
374	88

Ответственный за составление меню:

Медсестра



Л.Г. Лопатина

Меню приготавливаемых блюд на 09 марта 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	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
завтрак 7.40-8.10	Каша овсяная жидкая	200/5	5,7	7,8	27	193	311-2004
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Бутерброд с маслом	80/15	14,4	38,4	54,7	507	001-2004
	итого за завтрак		23,7	49,8	104,5	835	
2 завтрак 09.50-11.20	Сок фруктовый	193,75	0,5	0	9,1	105	399-2004
	Печенье	41,25	1,5	2	15,2	81,2	001-2004
	итого за 2 завтрак		2	2	24,3	186,2	
обед 13.30-15.00	Салат Здоровье	120	1,6	7,1	5,7	92	21-2003
	Уха с крупой	300	7,7	5	17,8	116	181-2004
	Азу	160	23,3	26,4	6,4	326	005.2010
	Каша гречневая рассыпчатая	200	9,6	6,9	63,9	236	29-2004
	Кисель из яблок	200	0,1	0,1	17,6	109	381-2003
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,4	24,3	119	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,2	0,9	31,8	160	148-2004
	итого за обед		51,3	46,8	167,5	1158	
полдник 16.00-16.30	Молоко кипяченое	200	6,8	7,5	9	146	644-1996
	Банан	253,2	2,2	0	33,6	150	144-2011
	Булочка молочная	75	7	1,6	39	202	779-2004
	итого за полдник		16	9,1	81,6	498	
ужин 18.45-19.30	Рыба припущенная	80	12,4	7	0,4	158	371-2004
	Салат из солёных огурцов	100	0,7	8,1	3,3	71	37-2004
	Пюре розовое	300	9,9	13	0,8	270	413-2004
	Чай с лимоном и сахаром	200/10	0,2	0,1	13,9	95	686-2004
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,4	24,3	119	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,2	0,9	31,8	160	148-2004
	итого за ужин		32,2	29,5	74,5	873	
2 ужин	Груша свежая	193,6	0,6	0,6	14,7	130	338-2011
Итого за день:			125,8	137,8	467,1	3680,2	

Стоимость питания

руб.	коп.
404	55

Ответственный за составление меню:

Медсестра



Л.Г. Лопатина