

Н.В. Усатова

Меню приготавливаемых блюд на 10 февраля 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 5							
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	100	13,1	18,2	2,2	225	340-2004
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Бутерброд с маслом	50/10	8,7	26	36,4	300	001-2004
	итого за завтрак		24,8	47,3	56,5	634	
2 завтрак 11.30-12.00	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	13,9	90	686-2004
	Гренки с сыром	30	5,65	7,67	15,7	167	111-1983
	Банан	220	1,1	0,26	10	138	147-2011
	итого за 2 завтрак		5,85	7,77	29,6	257	
обед 13.30-14.00	Сельдь с луком	35/7	3,4	2,9	1,4	45	89-2004
	Борщ со сметаной	250	4,9	7,5	12	105	110-2004
	Котлета мясная	100	18,4	27,9	15,4	380	451-2004
	Капуста тушеная	100	4,3	6,5	18,8	163	534-2004
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	31	171	639-2004
	Хлеб пшеничный	44	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		40,7	45,9	124,1	1090	
полдник 16.15-16.45	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Пирожок печеный с яблоками	90	4,5	3,7	37,2	320	738-2004
	итого за полдник		8,1	7,3	60	455	
ужин 19.00-19.30	Рыба, запеченная по-русски	280	23,4	18,7	15,8	336	533-1980
	Салат из сырых овощей	80	0,5	6,1	2,6	57	37-2004
	Напиток из варенья	200	0	0	22,4	84	649-1994
	Хлеб пшеничный	44	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		31,2	25,8	86,3	703	
2 ужин	Яблоко	195	0,5	0	14	141	145-2011
Итого за день:			111,15	134,07	370,5	3280	

руб.	коп.
272	34

Стоимость питания

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Г.В. Жуйкова

Меню приготавливаемых блюд на 10 февраля 2023г.

Школа КОГОБУ ШИ ОВЗ с. Успенское Слободского района

Возрастная категория: 12 лет и старше

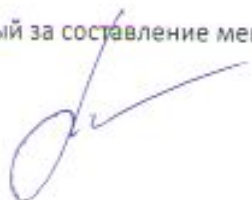
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 5							
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	120	17,4	24,2	2,9	300	340-2004
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	38,4	54,7	507	001-2004
	итого за завтрак		34,8	65,7	75,5	916	
2 завтрак 11.30-12.00	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	13,9	95	686-2004
	Гренки с сыром	30	5,65	7,67	15,7	198	111-1983
	Банан	218	2,2	0	33,6	150	144-2011
	итого за 2 завтрак		5,85	7,77	29,6	293	
обед 13.30-14.00	Сельдь с луком	65/14	4,3	3,8	1,9	59	89-2004
	Борщ со сметаной	300	2,3	6,3	14,3	122	110-2004
	Котлета мясная	120	17,4	16,3	15,4	280	451-2004
	Капуста тушеная	200	5	7,5	21,7	183	534-2004
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	21,4	171	639-2004
	Хлеб пшеничный	42	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		40,4	35,3	130,8	1094	
полдник 16.15-16.45	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Пирожок печеный с яблоками	90	5	3,8	52,7	294	738-2004
	итого за полдник		8,6	7,4	75,5	429	
ужин 19.00-19.30	Рыба, запеченная порусски	350	26,4	22	21,2	384	533-1980
	Салат из сырых овощей	100	0,7	8,1	3,3	71	37-2004
	Напиток из варенья	200	0	0	22,4	84	649-1994
	Хлеб пшеничный	42	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		36,1	31,4	103	818	
2 ужин	Яблоко	192	1,2	0,4	12	160	148-2001
Итого за день:			126,95	147,97	426,4	3710	

Стоимость питания

руб.	коп.
286	59

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Г.В. Жуйкова