

УТВЕРЖДАЮ

Директор

 Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

## Меню приготавливаемых блюд на

10 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 5							
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	150	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 и сыром	50/10/12	13,8	17	37,5	309	003-2004
	<b>итого за завтрак</b>		<b>29,9</b>	<b>38,3</b>	<b>57,6</b>	<b>643</b>	
2 завтрак 11.30-12.00	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	48	685-2004
	Пряники	85	3	4	30	142	004-2004
	Банан	255	1,1	0,26	10	138	147-2011
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>4,5</b>	<b>5,6</b>	<b>45,8</b>	<b>190</b>	
обед 13.30-14.00	Салат картофельный с сельдью	90	3,4	2,9	1,4	45	58-1997
	Борщ со сметаной	250	4,9	7,5	12	105	110-2004
	Котлета мясная	100	18,4	27,9	15,4	380	451-2004
	Рагу из овощей	200	3,9	10	17,5	175	224-2004
	Сок фруктовый	210	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Хлеб пшеничный	66	3,8	0,4	24,3	119	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,5	0,6	21,2	107	148-2004
	<b>итого за обед</b>		<b>38,4</b>	<b>49,3</b>	<b>100,9</b>	<b>1016</b>	
полдник 16.15-16.45	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Пирожок печеный с яблоками	75	4,5	3,7	37,2	320	738-2004
	<b>итого за полдник</b>		<b>8,1</b>	<b>7,3</b>	<b>60</b>	<b>455</b>	
ужин 19.00-19.30	Рыба, запеченная по-русски	280	23,4	18,7	15,8	336	533-1980
	Салат Школьный	90	7,5	1,2	5,9	4,3	311-2004
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	31	171	639-2004
	Хлеб пшеничный	66	3,8	0,4	24,3	119	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,5	0,6	21,2	107	148-2004
	<b>итого за ужин</b>		<b>108,1</b>	<b>21</b>	<b>98,2</b>	<b>737,3</b>	
2 ужин	Груша свежая	195	0,6	0,6	14,7	130	338-2011
<b>Итого за день:</b>			<b>189,6</b>	<b>122,1</b>	<b>377,2</b>	<b>3171,3</b>	

Стоимость питания

руб.	коп.
372	65

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Г.В. Жуйкова

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

## Меню приготавливаемых блюд на 10 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		
<b>Неделя 2 День 5</b>							
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	150	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 и сыром	100/15/12	19,8	33	40	450	003-2004
	<b>итого за завтрак</b>		<b>40,2</b>	<b>60,3</b>	<b>60,8</b>	<b>859</b>	
2 завтрак 11.30-12.00	Чай с молоком	200	1,5	1,6	13,8	61	685-2004
	Пряники	78,3	3	4	37	162	004-2004
	Банан	250,4	2,2	0	33,6	150	144-2011
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>4,5</b>	<b>5,6</b>	<b>50,8</b>	<b>223</b>	
обед 13.30-14.00	Салат картофельный с сельдью	100	4,3	3,8	1,9	59	58-1997
	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
	Рагу из овощей	230	4,5		20,5	202	224-2004
	Сок фруктовый	216,32	0,5	0	9,1	105	399-2004
	Хлеб пшеничный	65	3,8	0,4	24,3	119	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,2	0,9	31,8	160	148-2004
	<b>итого за обед</b>		<b>38</b>	<b>27,7</b>	<b>117,3</b>	<b>1047</b>	
полдник 16.15-16.45	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Пирожок печеный с яблоками	75	5	3,8	52,7	294	738-2004
	<b>итого за полдник</b>		<b>8,6</b>	<b>7,4</b>	<b>75,5</b>	<b>429</b>	
ужин 19.00-19.30	Рыба, запеченная по-русски	350	26,4	22	21,2	384	533-1980
	Салат Школьный	100	94	1,5	7,4	5,4	311-2004
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	21,4	171	639-2004
	Хлеб пшеничный	64	3,8	0,4	24,3	119	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	75	5,2	0,9	31,8	160	148-2004
	<b>итого за ужин</b>		<b>131,8</b>	<b>24,9</b>	<b>106,1</b>	<b>839,4</b>	
2 ужин	Груша свежая	192,5	0,6	0,6	14,7	130	338-2011
<b>Итого за день:</b>			<b>223,7</b>	<b>126,5</b>	<b>425,2</b>	<b>3527,4</b>	

Стоимость питания

руб.	коп.
<i>349</i>	<i>82</i>

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Г.В. Жуйкова