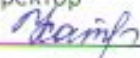


Директор



Н.В. Усатова

Меню приготавливаемых блюд на

13 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 1 День 1							
завтрак 7.40-8.10	Каша рисовая с маслом	150/4	4,5	6	20,7	231	311-2004
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Бутерброд с маслом	50/10	8,7	26	36,4	300	001-2004
	итого за завтрак		16,8	35,6	79,9	666	
2 завтрак 9.50- 11.00	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Мандарин	113,3	0,8	0,2	7,5	38	
	Гренки с сыром	25/12	7,8	8	29,3	129	705-1994
	итого за 2 завтрак		11,6	11,3	54,7	276	
обед 13.30-14.00	Икра овощная (свекла)	80	1,68	5,8	8,2	92	45-2004
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,7	10,2	19,5	174	139-2004
	Кура отварная	85	18,3	21	0,3	275	109-2004
	Пюре розовое	100	4,9	8,4	34,5	273	311-2004
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Хлеб пшеничный	57,5	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		39,38	46,4	117,1	1125	
полдник 16.15	Йогурт	175	5,6	0,1	16,4	91	311-2004
	Булочка "Домашняя"	50	5,3	8,8	30	311	769-2004
	итого за полдник		10,9	8,9	46,4	402	
ужин 18.45-19.30	Сырники из творога	150/30	21,8	30,7	34	313	358-2004
	Рыба, запеченная с яйцом	40	19,7	12	3,8	203	382-2004
	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	21,36	86,4	2004
	Хлеб пшеничный	57,5	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		48,86	43,76	104,66	828,4	
2 ужин	Яблоко	153,1	1,1	0,26	10	138	147-2011
Итого за день:			128,64	146,22	412,76	3435,4	

Стоимость питания

руб.	коп.
297	34

Ответственный за составление меню:

Медсестра



Л.Г. Лопатина

Меню приготавливаемых блюд на 13 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 1 День 1							
завтрак 7.40-8.10	Каша рисовая с маслом	200/5	4,1	9,1	30,3	215	311-2004
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	38,4	54,7	507	001-2004
	итого за завтрак		22,1	51,1	107,8	857	
2 завтрак 9.50-11.00	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Мандарин	113,38	0,8	0,2	7,5	38	
	Гренки с сыром	50/12	7,8	8	29,3	140	705-1994
	итого за 2 завтрак		11,6	11,3	54,7	287	
обед 13.30-14.00	Икра овощная (свекла)	100	2,1	7,3	10,3	115	45-2004
	Суп картофельный с бобовыми	300	8,1	5	23,4	172	139-2004
	Кура отварная	100	20	23	0,4	275	109-2004
	Пюре розовое	300	6,9	9,6	28,1	199	311-2004
	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	105	399-2004
	Хлеб пшеничный	57,5	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		46,6	46,2	127,4	1145	
полдник 16.15	Йогурт	177,78	5,6	0,1	16,4	91	311-2004
	Булочка "Домашняя"	50	5,3	8,8	40,1	301	769-2004
	итого за полдник		10,9	8,9	56,5	392	
ужин 18.45-19.30	Сырники из творога	200/42	29	32,4	36,2	355	358-2004
	Рыба, запеченная с яйцом	70	26,8	18,3	4,8	256	382-2004
	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	21,3	86	2004
	Хлеб пшеничный	57,5	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		64,86	52,06	118,4	976	
2 ужин	Яблоко	153,19	1,3	0,3	12	160	147-2011
Итого за день:			157,36	169,86	476,8	3817	

Стоимость питания

руб.	коп.
343	24

Ответственный за составление меню:

Медсестра



Л.Г. Лопатина