

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на

14 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 2							
завтрак 7.40-8.10	Каша пшеничная с маслом	150/4	5,46	7,47	25,2	183	311-2004
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Бутерброд с маслом и сыром	50/12/10	13,8	17	37,5	309	003-2004
	итого за завтрак		22,26	27,57	80,6	601	
2 завтрак 9.50-11.20	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	48	685-2004
	Груша свежая	200	0,6	0,6	14,7	130	338-2011
	Гренки мягкие	50	5,65	7,67	15,7	167	111-1983
	итого за 2 завтрак		7,75	9,87	46,2	345	
обед 13.30-15.00	Салат из квашенной капусты с яблоками	90	1,2	3,6	5,6	41	45-2004
	Уха рыбацкая	250	5,2	3,3	10,8	117	181-1996
	Запеканка картофельная с мясом	220	20,3	25,6	31,3	440	430-1996
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	29	151	639-2004
	Хлеб пшеничный	70	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		36,4	33,6	122,2	975	
полдник 16.00-16.30	Кисель из варенья	200	0,1	0	29,2	158	712-1997
	Дучмачки с творогом	75	12,8	13,8	15,6	205	82-2002
	итого за полдник		12,9	13,8	44,8	363	
ужин 18.45-19.30	Котлета рыбная	50	11,9	9,1	10,3	172	388-2004
	Пюре картофельное	100	2	4	25	90	520-2004
	Салат из свежих помидор	80	0,7	3,2	3,5	56	19-2004
	Сок фруктовый	210	0,5	0	9,1	85	692-2004
	Хлеб пшеничный	70	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		22,4	17,3	93,4	629	
2 ужин	Яблоко	130	1,1	0,26	10	138	147-2011
Итого за день:			102,81	102,4	397,2	3051	

Стоимость питания

руб.	коп.
333	06

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Г.В. Жуйкова

Меню приготавливаемых блюд на 14 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 2							
завтрак 7.40-8.10	Каша пшеничная с маслом	200/5	7,28	8,96	30,6	157	311-2004
	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
	итого за завтрак		30,08	45,06	88,5	716	
2 завтрак 9.50-11.20	Чай с молоком	200	1,5	1,6	13,8	61	685-2004
	Груша свежая	199,1	0,6	0,6	14,7	130	338-2011
	Гренки мягкие	50	5,65	7,67	15,7	198	111-1983
	итого за 2 завтрак		7,75	9,87	44,2	389	
обед 13.30-15.00	Салат из квашеной капусты	100	1,5	4,5	7	36	45-2004
	Уха рыбацкая	300	5,2	4	18,5	178	181-1996
	Запеканка картофельная с мясом	250	23	39	35,5	500	430-1996
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	27,4	170	639-2004
	Хлеб пшеничный	68	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		41,1	48,9	144,5	1163	
полдник 16.00-16.30	Кисель из варенья	200	0,1	0	29,2	148	712-1997
	Дучмачки с творогом	75	12,8	10,8	19,6	205	82-2002
	итого за полдник		12,9	10,8	48,8	353	
ужин 18.45-19.30	Котлета рыбная	80	14,9	11,4	12,9	215	388-2004
	Пюре картофельное	150	4,8	6,6	36	90	520-2004
	Салат из свежих помидор	85	0,9	4	4,4	118	19-2004
	Сок фруктовый	219	0,5	0	9,1	85	692-2004
	Хлеб пшеничный	68	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		30,1	23,3	118,5	787	
2 ужин	Яблоко	129,4	1,3	0,3	12	160	147-2011
Итого за день:			123,23	138,23	456,5	3568	

Стоимость питания

руб.

коп.

346

09

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Г.В. Жуйкова