

Меню приготавливаемых блюд на **18 января 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		
<b>Неделя 1 День 3</b>							
завтрак 7.40-8.10	Каша манная с маслом	150/4	4,5	9,4	21,9	311	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
	<b>итого за завтрак</b>		<b>16,8</b>	<b>39</b>	<b>81,1</b>	<b>746</b>	
2 завтрак 11.30-12.00	Сок фруктовый	180	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Гренки мягкие	50	5,65	7,67	15,7	167	111-1983
	Конфеты шоколадные	36,6	1,16	4,28	30,6	158	
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>7,31</b>	<b>11,95</b>	<b>55,4</b>	<b>410</b>	
обед 13.30-14.00	Салат Витаминный	80	1,2	3,6	8,6	71	40-2004
	Борщ со сметаной	250/8	4,9	7,5	12	105	110-2004
	Зразы школьные	100	15,5	14	13,1	242	159-2003
	Морковь тушеная с рисом	150	11,5	21,1	37	203	219-2004
	Кисель абрикосовый	200	0,01	0	16,6	94	642-2002
	Хлеб пшеничный	46	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>40,41</b>	<b>47,2</b>	<b>132,8</b>	<b>941</b>	
полдник 16.15-16.45	Йогурт	160	5,6	0,1	16,4	91	311-2004
	Пирог с повидлом	80	5,9	3,1	44,5	318	746-2004
	<b>итого за полдник</b>		<b>11,5</b>	<b>3,2</b>	<b>60,9</b>	<b>409</b>	
ужин 19.00-19.30	Рыба, тушеная в томате с овощами	45/25	24	17,7	7,2	121	374-2004
	Салат из моркови со свежим огурцом и зеленым горошком	80	1,2	5,9	3,3	71	56-2003
	Картофель отварной	300	7,9	9,2	27,7	270	203-2004
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	13,9	90	686-2004
	Хлеб пшеничный	46	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>16,6</b>	<b>16,2</b>	<b>90,4</b>	<b>657</b>	
2 ужин	Яблоко	191,25	1,1	0,26	10	138	147-2011
<b>Итого за день:</b>			<b>93,72</b>	<b>117,81</b>	<b>430,6</b>	<b>3301</b>	<b>0</b>

Стоимость питания

руб.	коп.
286	14

Ответственный за составление меню:

Медсестра



Л.Г. Лопатина

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Усатова Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

## Меню приготавливаемых блюд на 18 января 2023г.

Школа

**КОГБУ 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 1 День 3</b>							
завтрак 7.40-8.10	Каша манная с маслом	200/5	4,5	9,4	21,9	311	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
	<b>итого за завтрак</b>		<b>22,5</b>	<b>51,4</b>	<b>99,4</b>	<b>953</b>	
2 завтрак 11.30-12.00	Сок фруктовый	214,87	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Гренки мягкие	30	5,65	7,67	15,7	198	111-1983
	Конфеты шоколадные	36,41	1,16	4,28	30,6	158	
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>7,31</b>	<b>11,95</b>	<b>55,4</b>	<b>441</b>	
обед 13.30-14.00	Салат витаминный	100	1,5	4,6	10,8	89	40-2004
	Борщ со сметаной	300/10	2,3	6,3	14,3	122	110-2004
	Зразы школьные	120	15,5	14	13,1	242	159-2003
	Морковь тушеная с рисом	200	5,1	17,7	39,1	268	219-2004
	Кисель абрикосовый	200	0,01	0	26,6	141	642-2002
	Хлеб пшеничный	39	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>33,41</b>	<b>43,9</b>	<b>160</b>	<b>1141</b>	
полдник 16.15-16.45	Йогурт	160	5,6	0,1	16,4	91	311-2004
	Пирог с повидлом	100	5,9	4,1	44,5	323	746-2004
	<b>итого за полдник</b>		<b>11,5</b>	<b>4,2</b>	<b>60,9</b>	<b>414</b>	
ужин 19.00-19.30	Рыба, тушеная в томате с овощами	90/50	37,3	18,1	5,9	178	374-2004
	Салат из моркови со свежим огурцом и зеленым горошком	100	1,5	7,4	4,1	89	56-2003
	Картофель отварной	180	4,5	9,8	31,9	193	203-2004
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	13,9	95	686-2004
	Хлеб пшеничный	39	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>15,2</b>	<b>18,6</b>	<b>106</b>	<b>656</b>	
	2 ужин	Яблоко	191,95	1,3	0,3	12	160
<b>Итого за день:</b>			<b>91,22</b>	<b>130,35</b>	<b>493,7</b>	<b>3765</b>	<b>0</b>

Стоимость питания

руб.	коп.
321	77

Ответственный за составление меню:

Медсестра



Л.Г. Лопатина