

Меню приготавливаемых блюд на

19 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 7							
завтрак 07.40-8.10	Каша овсяная жидкая	150/4	5	7,3	20,5	221	311-2004
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Бутерброд с маслом	50/15	13,8	23,1	47,5	459	003-2004
	итого за завтрак		22,4	34	90,8	815	
2 завтрак 09.50-11.20	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Яблоко	175	1,1	0,26	10	138	147-2011
	Сушка	26	1,5	2	15,2	110	005-2004
	итого за 2 завтрак		5,6	5,36	43,1	357	
	Салат из солёных огурцов	90	0,5	6,1	2,6	57	37-2004
обед 13.30-15.00	Суп крестьянский со сметаной	250/8	5,4	9,4	11,2	138	134-2004
	Тефтели из говядины	100/40	19,3	26	17,1	320	461-2004
	Картофель отварной	100	7,9	9,2	17,1	190	203-2004
	Кисель из яблок	200	0,1	0,1	19	129	381-2003
	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		40,5	51,8	112,5	1060	
полдник 16.00-16.30	Сок фруктовый	190	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Печенье	43	1,5	2	15,2	202	001-2004
	итого за полдник		2	2	24,3	287	
ужин 18.45-19.30	Рыба припущенная	45	22	9,8	0,3	117	371-2004
	Макароны отварные	100	9,7	12	24	146	261-2003
	Салат Пестрый	100	0,8	3,6	7,8	66	31-2003
	Чай с вареньем	200	0	0	20,4	84	628-2004
	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		39,8	26,4	98	639	
2 ужин	Груша свежая	200	0,6	0,6	14,7	130	338-2011
Итого за день:			110,9	120,16	383,4	3288	

Стоимость питания

руб.

399

коп.

02

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Г.В. Жуйкова

Меню приготавливаемых блюд на 19 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 7							
завтрак 07.40-8.10	Каша овсяная жидкая	200/5	6,7	9,8	27	203	311-2004
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	125	693-2004
	Бутерброд с маслом	80/15	14,4	38,4	54,7	507	001-2004
	итого за завтрак		24,7	51,8	104,5	835	
2 завтрак 09.50-11.20	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Яблоко	174,3	1,3	0,3	12	160	147-2011
	Сушка	25,6	1,5	2	15,2	110	005-2004
	итого за 2 завтрак		5,8	5,4	45,1	379	
	Салат из солёных огурцов	92	0,7	8,1	3,3	71	37-2004
обед 13.30-15.00	Суп крестьянский со сметаной	300/12,4	4,9	7,3	14	134	134-2004
	Тефтели из говядины	150/40	22,3	26	20,7	360	461-2004
	Картофель отварной	250	5,5	9,3	32,6	193	203-2004
	Кисель из яблок	200	0,1	0,1	17,6	109	381-2003
	Хлеб пшеничный	75	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		42,5	52,1	144,3	1146	
полдник 16.00-16.30	Сок фруктовый	201	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Печенье	42,3	1,5	2	15,2	81,2	001-2004
	итого за полдник		2	2	24,3	166,2	
ужин 18.45-19.30	Рыба припущенная	80	13,5	9	0,4	128	371-2004
	Макароны отварные	230	11,3	19	34,6	210	261-2003
	Салат Пестрый	120	1	7,9	9,7	83	31-2003
	Чай с вареньем	200	0	0	20,4	84	628-2004
	Хлеб пшеничный	75	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		34,8	37,2	121,2	784	
2 ужин	Груша свежая	194,4	0,6	0,6	14,7	130	338-2011
Итого за день:			110,4	149,1	454,1	3440,2	

Стоимость питания

руб.	коп.
350	18

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Г.В. Жуйкова