

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на 20 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		
Неделя 1 День 5							
завтрак 07.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	100/4	13,1	18,2	2,2	205	340-2004
	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	48	685-2004
	Бутерброд с маслом	50/10	13,8	23,1	47,5	459	003-2004
	итого за завтрак		28,4	42,9	65,5	712	
2 завтрак 09.50-11.20	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Мандарин	120	0,6	0,6	14,7	130	
	Гренки с сыром	50	7,8	8	29,3	129	705-1994
	итого за 2 завтрак		11,4	11,7	61,9	368	
обед 13.30-15.00	Салат из квашенной капусты с яблоком	80	1,2	3,6	5,6	41	45-2004
	Суп картофельный с клецками	250	2,1	2,8	19,3	95	38-2001
	Запеканка картофельная с мясом	200/50	16,7	21	31,3	322	430-1996
	Сок фруктовый	160	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Хлеб пшеничный	54	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		27,8	28,4	110,8	769	
полдник 16.00-16.30	Ряженка	229	5,6	0,1	16,4	91	311-2004
	Пирожок печеный с яблоками	75	4,5	3,7	37,2	320	738-2004
	итого за полдник		132,2	151,6	527,8	3904	
ужин 18.45-19.30	Кнели рыбные припущенные	60	15	7,8	3,8	127	005-2004
	Каша рисовая рассыпчатая	100	9,6	15,9	65	217	297-2004
	Салат Степной	80	1,2	4,8	5,9	81	25-2004
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	29	151	639-2004
	Хлеб пшеничный	54	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		35,5	29,6	149,2	802	
2 ужин	Банан	327	1,1	0,26	10	138	147-2011
Итого за день:			236,4	264,46	925,2	6693	

Стоимость питания

руб.	коп.
279	27

Ответственный за составление меню:

Медсестра

Л.Г. Лопатина

Н.В. Усатова

Меню приготавливаемых блюд на 20 января 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 5							
завтрак 07.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	120/5	17,4	24,2	2,9	235	340-2004
	Чай с молоком	200	1,5	1,6	13,8	61	685-2004
	Бутерброд с маслом	80/15	14,4	38,4	54,7	507	001-2004
	итого за завтрак		33,3	64,2	71,4	803	
2 завтрак 09.50-11.20	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Мандарин	120,57	0,6	0,6	14,7	130	
	Гренки с сыром	50	7,8	8	29,3	140	705-1994
	итого за 2 завтрак		11,4	11,7	61,9	379	
обед 13.30-15.00	Салат из квашенной капусты с яблоком	100	1,5	4,5	7	36	45-2004
	Суп картофельный с клецками	300	2,5	3,4	22,3	131	38-2001
	Запеканка картофельная с мясом	250/50	19	27	30,5	405	430-1996
	Сок фруктовый	206,86	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Хлеб пшеничный	62	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		32,5	36,2	125	936	
полдник 16.00-16.30	Ряженка	229,2	5,6	0,1	16,4	108	311-2004
	Пирожок печеный с яблоками	100	5	3,8	52,7	294	738-2004
	итого за полдник		10,6	3,9	69,1	402	
ужин 18.45-19.30	Кнели рыбные припущенные	100	18,5	13,3	5,8	173	005-2004
	Каша рисовая рассыпчатая	230	5,2	6,8	64	202	297-2004
	Салат Степной	100	1,5	6	7,3	89	25-2004
	Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	27,4	170	639-2004
	Хлеб пшеничный	62	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		36,6	27,5	160,6	913	
2 ужин	Банан	327,32	2,2	0	33,6	150	144-2011
Итого за день:			126,6	143,5	521,6	3583	

Стоимость питания

руб.	коп.
315	69

Ответственный за составление меню:

Медсестра

Л.Г. Лопатина