

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Менюготавливаемых блюд на 20 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 2 День 1 | | | | | | | |
| завтрак 7.40-8.10 | Каша Дружба | 150/4 | 4,6 | 8,4 | 24,3 | 184 | 224-2004 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,5 | 1,6 | 15,8 | 48 | 685-2004 |
| | Бутерброд с маслом | 50/15 | 8,7 | 26 | 36,4 | 300 | 001-2004 |
| | итого за завтрак | | 14,8 | 36 | 76,5 | 532 | |
| 2 завтрак 11.30-12.00 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3 | 3,1 | 17,9 | 109 | 692-2004 |
| | Конфеты шоколадные | 35 | 1,16 | 4,28 | 30,6 | 158 | |
| | Мандарин | 179 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38 | |
| | итого за 2 завтрак | | 4,96 | 7,58 | 56 | 305 | |
| обед 13.30-14.00 | Салат из свеклы с сыром и чесноком | 100 | 4,8 | 13,1 | 12,9 | 101 | 29-1994 |
| | Суп картофельный с лапшой домашней | 250 | 2,9 | 2,8 | 15,9 | 120 | 140-2004 |
| | Плов из курицы | 250 | 14,6 | 26,3 | 38,5 | 419 | 492-2004 |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0,1 | 27,4 | 99 | 631-2004 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 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 | | 29,8 | 43,3 | 140,2 | 965 | |
| полдник 16.15-16.45 | Йогурт | 166 | 5,6 | 0,1 | 16,4 | 91 | 311-2004 |
| | Пирожки с повидлом | 75 | 5,9 | 3,1 | 44,5 | 318 | 746-2004 |
| | итого за полдник | | 11,5 | 3,2 | 60,9 | 409 | |
| ужин 19.00-19.30 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 150/49 | 23,3 | 21 | 40,4 | 213 | 336-2004 |
| | Рыба, запеченная с яйцом | 45/15 | 19,7 | 12 | 3,8 | 203 | 382-2004 |
| | Сок фруктовый | 205 | 0,5 | 0 | 9,1 | 85 | 399-2004 |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 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 | | 50,8 | 34 | 98,8 | 727 | |
| 2 ужин | Яблоко | 150 | 1,1 | 0,26 | 10 | 138 | 147-2011 |
| Итого за день: | | | 112,96 | 124,34 | 442,4 | 3076 | |

Стоимость питания

| | |
|------|------|
| руб. | коп. |
| 369 | 66 |

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Г.В. Жуйкова

Меню приготавливаемых блюд на **20 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 2 День 1 | | | | | | | |
| завтрак 7.40-8.10 | Каша Дружба | 200/5 | 6,2 | 7 | 32,4 | 216 | 224-2004 |
| | 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 | | 22,1 | 47 | 100,9 | 784 | |
| 2 завтрак 11.30-12.00 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3 | 3,1 | 17,9 | 109 | 692-2004 |
| | Конфеты шоколадные | 34,5 | 1,16 | 4,28 | 30,6 | 158 | |
| | Груша свежая | 192,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 130 | 338-2011 |
| | итого за 2 завтрак | | 4,76 | 7,98 | 63,2 | 397 | |
| обед 13.30-14.00 | Салат из свеклы с сыром и чесноком | 120 | 5,4 | 7,6 | 14 | 129 | 29-1994 |
| | Суп картофельный с лапшой домашней | 300 | 3,4 | 3,3 | 21,4 | 112 | 140-2004 |
| | Плов из курицы | 300 | 29,5 | 28 | 35,1 | 524 | 492-2004 |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0,1 | 27,4 | 99 | 631-2004 |
| | Хлеб пшеничный | 85 | 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 | | 47,5 | 40,3 | 154 | 1143 | |
| полдник 16.15-16.45 | Йогурт | 166,75 | 5,6 | 0,1 | 16,4 | 91 | 311-2004 |
| | Пирожки с повидлом | 75 | 5,9 | 4,1 | 44,5 | 323 | 746-2004 |
| | итого за полдник | | 11,5 | 4,2 | 60,9 | 414 | |
| ужин 19.00-19.30 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 220/51 | 17,8 | 24 | 54 | 245 | 336-2004 |
| | Рыба, запеченная с яйцом | 80/30 | 26,8 | 18,3 | 4,8 | 256 | 382-2004 |
| | Сок фруктовый | 213 | 0,5 | 0 | 9,1 | 85 | 399-2004 |
| | Хлеб пшеничный | 85 | 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 | | 54,1 | 43,6 | 124 | 865 | |
| 2 ужин | Яблоко | 147,5 | 1,3 | 0,3 | 12 | 160 | 147-2011 |
| Итого за день: | | | 141,26 | 143,38 | 515 | 3763 | |

Стоимость питания

| | |
|------|------|
| руб. | коп. |
| 357 | 01 |

Ответственный за составление меню:

Фельдшер

Г.В. Жуйкова