

УТВЕРЖДАЮ

Директор

 Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

**Меню приготавливаемых блюд на 23 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		
<b>Неделя 2 День 4</b>							
завтрак 7.40-8.10	Каша овсяная молочная жидкая	150/4	5	7,3	20	221	311-2004
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Бутерброд с маслом	50/15	5,7	16	26,4	200	3-2004
	<b>итого за завтрак</b>		<b>13,7</b>	<b>26,4</b>	<b>64,3</b>	<b>530</b>	
2 завтрак 09.50-11.20	Сок фруктовый	200	0,5	0	9,1	78	399-2004
	Печенье	40	2,88	4,32	28,4	162,4	001-2004
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>3,38</b>	<b>4,32</b>	<b>37,5</b>	<b>240,4</b>	
обед 13.30-15.00	Салат "Здоровье"	80	1,3	5,9	4,6	76	21-2003
	Уха с крупой	250	8,2	4	14	125	181-2004
	Азу	100	21,7	26,1	3,3	335	5-2010
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,5	8,7	38,2	264	297-2004
	Кисель абрикосовый	200	0,01	0	36,36	141,31	642-2002
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,4	24,3	119	147-2004
	<b>итого за обед</b>		<b>47,91</b>	<b>45,7</b>	<b>143,96</b>	<b>1167,31</b>	
полдник 16.00-16.30	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81	685-2004
	Ватрушка с творогом	80	9,92	6,48	36,5	243	741-2004
	<b>итого за полдник</b>		<b>11,42</b>	<b>8,08</b>	<b>52,3</b>	<b>324</b>	
ужин 18.45-19.30	Рыба припущенная	45	21,2	6,3	0,4	143	371-2004
	Салат из солёных огурцов с луком	80	2,3	4,5	2,4	61	37-1997
	Пюре розовое	200	4,9	8,4	34,5	173	759-1983
	Чай с вареньем	200	0,2	0	13,7	83	684-2004
	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,4	24,3	119	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	50	3,4	0,6	23,2	107	148-2004
	<b>итого за ужин</b>		<b>35,8</b>	<b>20,2</b>	<b>98,5</b>	<b>686</b>	
2 ужин	Груша свежая	194,44	0,36	0,14	12,13	57	338-2011
<b>Итого за день:</b>			<b>112,57</b>	<b>104,84</b>	<b>408,69</b>	<b>3004,71</b>	

Стоимость питания

руб.	коп.
287	64

Ответственный за составление меню:

Медсестра



Л.Г. Лопатина



УТВЕРЖДАЮ

Директор

 Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на **23 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 4							
завтрак 7.40-8.10	Каша овсяная молочная жидкая	200/5	6,7	9,8	27	223	311-2004
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Бутерброд с маслом	80/20	14,4	18	34,7	407	3-2004
	<b>итого за завтрак</b>		<b>24,1</b>	<b>30,9</b>	<b>79,6</b>	<b>739</b>	
2 завтрак 09.50-11.20	Сок фруктовый	216,67	0,5	0	9,1	78	399-2004
	Печенье	40	2,88	4,32	28,4	162,4	001-2004
	<b>итого за 2 завтрак</b>		<b>3,38</b>	<b>4,32</b>	<b>37,5</b>	<b>240,4</b>	
обед 13.30-15.00	Салат "Здоровье"	100	1,6	7,1	5,7	92	21-2003
	Уха с крупой	300	10,7	5	16,8	156	181-2004
	Азу	125	28,9	34,8	4,4	596	5-2010
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,9	8,9	53,9	303	297-2004
	Кисель абрикосовый	200	0,01	0	36,36	141,31	642-2002
	Хлеб пшеничный	75	7,6	0,6	52,3	233	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	75	3,4	0,6	23,2	107	148-2004
	<b>итого за обед</b>		<b>63,11</b>	<b>57</b>	<b>192,66</b>	<b>1628,31</b>	
полдник 16.00-16.30	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81	685-2004
	Ватрушка с творогом	80	9,92	6,48	36,5	243	741-2004
	<b>итого за полдник</b>		<b>11,42</b>	<b>8,08</b>	<b>52,3</b>	<b>324</b>	
ужин 18.45-19.30	Рыба припущенная	90	23,5	7	0,4	158	371-2004
	Салат из солёных огурцов с луком	100	2,8	4,9	2,9	70	37-1997
	Пюре розовое	250	6,9	9,6	38,9	199	759-1983
	Чай с вареньем	200	0,2	0	13,7	83	684-2004
	Хлеб пшеничный	75	7,6	0,6	52,3	233	147-2004
	Хлеб ржан-пшеничный	75	3,4	0,6	23,2	107	148-2004
	<b>итого за ужин</b>		<b>44,4</b>	<b>22,7</b>	<b>131,4</b>	<b>850</b>	
2 ужин	Яблоко	155,88	0,4	0,4	9,8	47	147-2011
<b>Итого за день:</b>			<b>146,81</b>	<b>123,4</b>	<b>503,26</b>	<b>3828,71</b>	

Стоимость питания

руб.	коп.
326	54

Ответственный за составление меню:

Медсестра



Л.Г. Лопатина