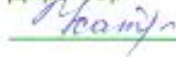


УТВЕРЖДАЮ

Директор



Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на

26 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 2 День 4							
завтрак 7.40-8.10	Каша овсяная жидкая	150/4	5	7,3	22,2	221	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
	итого за завтрак		17,3	36,9	81,4	656	
2 завтрак 11.30-12.00	Сок фруктовый	190	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Мандарин	126,1	0,6	0,6	14,7	130	
	Пряники	83	3	4	30	142	004-2004
	итого за 2 завтрак		4,1	4,6	53,8	357	
обед 13.30-14.00	Салат из свежих огурцов	80	0,7	3,6	2,4	24	16-2004
	Уха с крупой	250	7,2	6	13	125	181-2004
	Азу	75/60	20,9	27,8	4,4	330	005.2010
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,3	7,7	38,2	174	29-2004
	Кисель из яблок	200	0,1	0,1	19	129	381-2003
	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		45,5	46,2	122,5	1008	
полдник 16.15-16.45	Молоко кипяченое	200	5,8	6,5	9	135	644-1996
	Ватрушка с творогом	75	10,1	8,11	35,5	264	741-2004
	итого за полдник		15,9	14,61	44,5	399	
ужин 19.00-19.30	Рыба припущенная	90	13	5,6	5,3	136	371-2004
	Картофель отварной	100	7,9	9,2	27,7	270	203-2004
	Салат из квашенной капусты	180	1,2	3,6	5,6	41	45-2004
	Чай с вареньем	200	0,2	0	13,7	53	685-2004
	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		29,6	19,4	97,8	726	
2 ужин	Банан	220	1,1	0,26	10	138	147-2011
Итого за день:			113,5	121,97	410	3284	

Стоимость питания

руб.	коп.
349	36

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Г.В. Жуйкова

УТВЕРЖДАЮ

Директор

 Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на 26 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 2 День 4							
завтрак 7.40-8.10	Каша овсяная жидкая	200/5	5,7	7,8	27	193	311-2004
	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	38,4	54,7	507	001-2004
	итого за завтрак		23,7	49,8	104,5	835	
2 завтрак 11.30-12.00	Сок фруктовый	190,8	0,5	0	9,1	105	399-2004
	Мандарин	126,21	0,6	0,6	14,7	130	
	Пряники	83,33	3	4	37	162	004-2004
	итого за 2 завтрак		4,1	4,6	60,8	397	
обед 13.30-14.00	Салат из свежих огурцов	100	0,8	4,5	3	35	16-2004
	Уха с крупой	300	7,7	5	17,8	116	181-2004
	Азу	100/60	23,3	26,4	6,4	326	005.2010
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,6	6,9	63,9	236	29-2004
	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		50,5	44,2	164,8	1101	
полдник 16.15-16.45	Молоко кипяченое	200	6,8	7,5	9	146	644-1996
	Ватрушка с творогом	100	13	9,7	29,1	320	741-2004
	итого за полдник		19,8	17,2	38,1	466	
ужин 19.00-19.30	Рыба припущенная	100	12,4	7	0,4	158	371-2004
	Картофель отварной	250	4,5	9,8	31,9	193	203-2004
	Салат из квашенной капусты	120	1,5	4,5	7	36	45-2004
	Чай с вареньем	200	0,2	0	13,7	53	685-2004
	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		27,6	22,6	109,1	719	
2 ужин	Банан	220	2,2	0	33,6	150	144-2011
Итого за день:			127,9	138,4	510,9	3668	

Стоимость питания

руб.	коп.
395	73

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Г.В. Жуйкова