

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Н.В. Усатова

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд на 27 января 2023г.

Школа

КОГОБУ ШИ ОБЗ 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 5							
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	100/4	13,1	18,2	2,2	225	340-2004
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Бутерброд с маслом	50/10	8,7	26	36,4	300	001-2004
	итого за завтрак		24,8	47,3	56,5	634	
2 завтрак 11.30-12.00	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	13,9	90	686-2004
	Гренки с сыром	50	5,65	7,67	15,7	167	111-1983
	Банан	235	1,1	0,26	10	138	147-2011
	итого за 2 завтрак		5,85	7,77	29,6	257	
обед 13.30-14.00	Сельдь с луком	35/7	3,4	2,9	1,4	45	89-2004
	Борщ со сметаной	250/5	4,9	7,5	12	105	110-2004
	Котлета мясная	100	18,4	27,9	15,4	380	451-2004
	Рагу из овощей	180	3,9	10	25,7	225	224-2004
	Сок фруктовый	180	0,5	0	9,1	85	399-2004
	Хлеб пшеничный	31	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		38,4	49,3	109,1	1066	
полдник 16.15-16.45	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Пирожок печеный с яблоками	100	4,5	3,7	37,2	320	738-2004
	итого за полдник		8,1	7,3	60	455	
ужин 19.00-19.30	Рыба, запеченная по-русски	200	23,4	18,7	15,8	336	533-1980
	Салат из сырых овощей	80	0,5	6,1	2,6	57	37-2004
	Напиток из варенья	200	0	0	22,4	84	649-1994
	Хлеб пшеничный	31	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		31,2	25,8	86,3	703	
2 ужин	Груша свежая	135	0,6	0,6	14,7	130	338-2011
Итого за день:			108,95	138,07	356,2	3245	

Стоимость питания

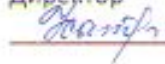
руб.	коп.
296	12

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Г.В. Жуйкова



Меню приготавливаемых блюд на 27 января 2023г.

Школа

КОГБУ 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 5							
завтрак 7.40-8.10	Омлет натуральный с маслом	120/5	17,4	24,2	2,9	300	340-2004
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3,1	17,9	109	692-2004
	Бутерброд с маслом	100/15	14,4	38,4	54,7	507	001-2004
	итого за завтрак		34,8	65,7	75,5	916	
2 завтрак 11.30-12.00	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	13,9	95	686-2004
	Гренки с сыром	50	5,65	7,67	15,7	198	111-1983
	Банан	230	2,2	0	33,6	150	144-2011
	итого за 2 завтрак		5,85	7,77	29,6	293	
обед 13.30-14.00	Сельдь с луком	60/10	4,3	3,8	1,9	59	89-2004
	Борщ со сметаной	300/7,4	2,3	6,3	14,3	122	110-2004
	Котлета мясная	120	17,4	16,3	15,4	280	451-2004
	Рагу из овощей	250	4,5	12	22,5	262	224-2004
	Сок фруктовый	190	0,5	0	9,1	105	399-2004
	Хлеб пшеничный	29	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		38	39,7	119,3	1107	
полдник 16.15-16.45	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135	693-2004
	Пирожок печеный с яблоками	100	5	3,8	52,7	294	738-2004
	итого за полдник		8,6	7,4	75,5	429	
ужин 19.00-19.30	Рыба, запеченная порусски	300	26,4	22	21,2	384	533-1980
	Салат из сырых овощей	100	0,7	8,1	3,3	71	37-2004
	Напиток из варенья	200	0	0	22,4	84	649-1994
	Хлеб пшеничный	29	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		36,1	31,4	103	818	
2 ужин	Груша свежая	134,5	0,6	0,6	14,7	130	338-2011
Итого за день:			123,95	152,57	417,6	3693	

Стоимость питания

руб.	коп.
315	67

Ответственный за составление меню:

Фельдшер



Г.В. Жуйкова