

Утверждаю  
 КОУ "Мегионская школа для обучающихся с  
 ограниченными возможностями здоровья"  
 Директор:  Е. В. Масленников

МЕНЮ

Среда

Меню приготовленных блюд на 04 Декабря 2024 год  
 возраст с 7 до 12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 день 8</b>							
завтрак	Ватрушка царская	200	16,8	21,8	41,4	337	21
	Кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	125	305
	Вафли	50	1,08	4,83	21,27	129	8
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
<b>итого за завтрак</b>		<b>490</b>	<b>24,43</b>	<b>30,83</b>	<b>98,91</b>	<b>693</b>	
	Апельсин	210	0,53	0	14,92	57	3
<b>итого фрукты</b>		<b>210</b>	<b>0,53</b>	<b>0</b>	<b>14,92</b>	<b>57</b>	
обед	Салат из свежих огурцов и помидор	90	0	7,5	4	139	50
	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной 230/15/5	250	4,88	7,24	20,3	195,6	107/1
	Чахохбили	80/50	23,45	13,5	3,4	197,6	210/1
	Каша ячневая с маслом	150	6,67	7,5	38,04	250,5	501
	Чеснок	5	0,5	0,03	0,98	6	
	Компот из сухофруктов(чернослив)	200	1,2	0	31,6	126	302
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	2
<b>Итого за обед</b>		<b>775</b>	<b>40,56</b>	<b>36,15</b>	<b>136,82</b>	<b>1016,07</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>985</b>	<b>41,09</b>	<b>36,15</b>	<b>151,74</b>	<b>1766,07</b>	

Меню приготовленных блюд возраст с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	N рецепт
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 день 8</b>							
завтрак	Ватрушка царская	200	16,8	21,8	41,4	337	21
	Кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	125	305
	Вафли	50	1,08	4,83	21,27	129	8
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
<b>итого за завтрак</b>		<b>490</b>	<b>24,43</b>	<b>30,83</b>	<b>98,91</b>	<b>693</b>	
	Апельсин	210	0,53	0	14,92	57	3
<b>итого фрукты</b>		<b>210</b>	<b>0,53</b>	<b>0</b>	<b>14,92</b>	<b>57</b>	
обед	Салат из свежих помидор и огурцов	100	0	7,1	3,65	137	50
	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной 250/15/5	270	5,27	7,82	21,72	210	107
	Каша ячневая с маслом	180	8,00	9,00	45,65	300,60	501
	Чахохбили	100/50	26,45	14,5	3,8	247,5	210
	Чеснок	5	0,5	0,03	0,98	6	
	Компот из сухофруктов(чернослив)	200	1,2	0	31,6	126	302
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	2
<b>Итого за обед</b>		<b>835</b>	<b>45,28</b>	<b>38,83</b>	<b>145,9</b>	<b>1128,47</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>45,81</b>	<b>38,83</b>	<b>160,82</b>	<b>1878,47</b>		

Медсестра \_\_\_\_\_

Шеф-повар \_\_\_\_\_



Э.М.Сулейманова

М.А.Завозненко