

Утверждаю
 КОУ "Мегионская школа для обучающихся с
 ограниченными возможностями здоровья"
 и.о.директора:  М.А.Медведева

МЕНЮ

на 05 Ноября 2024 год

Вторник

Меню приготовленных блюд возраст с 7 до 12 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 день 7							
завтрак	Салат из св. помидор со сладким перцем	80	3,45	7,1	8,75	79	13
	Запеканка из печени с рисом	220	24,78	27,34	30,14	297	219
	Соус сметанный	50	1,65	26,65	26,65	191	600
	Чай с сахаром с лимоном	222	0	0	15	60	301
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
итого за завтрак		612	33,93	61,69	88,08	729	
	Мандарин	120	0,53	0	14,92	57	3
итого фрукты		120	0,53	0	14,92	57	
обед	Салат из свеклы с чесноком и сыром	90	0,6	5,1	2	12	15
	Суп картофельный с дом.лапшой с птицей 230/25	255	2,8	5,7	13	138	106
	Рагу овощное с мясом	250	6,52	9,36	34,52	387	201
	Компот из свежих фруктов	200	0	0	35,5	92	50
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	302
Итого за обед		875	13,78	20,54	123,52	730,37	
Итого за день:			14,31	20,54	138,44	1516,37	

Меню приготовленных блюд возраст с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 день 7							
завтрак	Салат из св. помидор со сладким перцем	90	3,45	7,1	8,75	79	13
	Запеканка из печени с рисом	220	24,78	27,34	30,14	297	219
	Соус сметанный	50	1,65	26,65	26,65	191	600
	Чай с сахаром с лимоном	222	0	0	15	60	301
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
итого за завтрак		622	33,93	61,69	88,08	729	
	Мандарин	120	0,53	0	14,92	57	3
итого фрукты		120	0,53	0	14,92	57	
обед	Салат из свеклы с чесноком и сыром	100	0,6	5,1	2	12	15
	Суп картофельный с дом.лапшой с птицей 250/25	275	3,1	6,2	14,2	150	106
	Рагу овощное с мясом	250	7,37	10,58	39,02	437	201
	Компот из свежих фруктов	200	0	0	35,5	92	50
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	3
Итого за обед		905	14,93	22,26	129,22	792,37	
Итого за день:			15,46	22,26	144,14	1578,37	

Медсестра _____

Э.М.Сулейманова

Шеф-повар _____

М.А.Завозненко