

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

МЕНЮ
08 ноября 2023

Среда

Меню приготовленных блюд возраст с 7 до 12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 день 8							
завтрак	Запеканка из творога со сметаной	150/30	27	23,94	24,66	430,2	405
	Кисель из концентрата	200	0	0	30,6	118	307
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
итого за завтрак		240	31,05	24,54	62,8	650,2	
	Шоколад	25	1,08	2	8,4	128	
	Банан	220	0,53	0	14,92	57	3
итого фрукты		220	0,53	0	14,92	57	
обед	Икра баклажанная (соб.производство)	90	1,9	4,7	6,5	74,3	32/1
	Суп лапша домашняя с птицей	250	3,1	6,2	14,2	150	214/1
	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	501/1
	Компот из сухофруктов(изюма)	200	1,2	0	31,6	126	302
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	2
Итого за обед		770	40,18	32,28	132,24	899,77	
Итого за день:		990	40,71	32,28	147,16	1606,97	

Меню приготовленных блюд возраст с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 день 8							
завтрак	Запеканка из творога со сметаной	150/30	27	23,94	24,66	430,2	405
	Кисель из концентрата	200	0	0	30,6	118	307
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
итого за завтрак		240	31,05	24,54	62,8	650,2	
	Вафли	100	1,08	2	8,4	128	
	Яблоко	220	0,53	0	14,92	57	3
итого фрукты		220	0,53	0	14,92	57	
обед	Икра баклажанная (соб.производство)	100	1,9	4,7	6,5	74,3	32
	Суп лапша домашняя с птицей	275	3,41	6,82	15,62	165	214
	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
	Компот из сухофруктов(изюма)	200	1,2	0	31,6	126	302
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	2
Итого за обед		835	44,82	35,4	141,67	1014,77	
Итого за день:			45,35	35,4	156,59	1721,97	

Медсестра _____ Э.М.Сулейманова
 Шеф-повар _____ М.А.Завозненко