

Утверждаю
 КОУ "Мегионская школа для обучающихся с
 ограниченными возможностями здоровья"
 и.о.директора: _____ Л.В.Тарабаева

МЕНЮ

на 12 Апреля 2024 год

Пятница

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 5							
завтрак	Сыр	20	4,7	7,9	7,3	123	21
	Масло сливочное	10	0,06	0,82	0,08	74,8	20
	Каша молочная манная	210	7,86	9,04	43,1	197,5	302
	Какао с молоком	200	4,85	5,04	32,73	195,71	304
	Вафли	1	1,08	4,83	21,27	129	8
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
Итого за завтрак		481	22,6	28,23	112,02	822,01	
	Виноград	110	0,53	0	14,92	57	3
Итого фрукты		110	0,53	0	14,92	57	
обед	Салат из морской капусты	90	1	0,59	0,1	73,89	14
	Суп с клёцками с птицей 225/25	250	3,1	6,2	14,2	150	141
	Котлета из птицы	100	13,9	15	7,4	187	203
	Горох отварной	150	15,75	1,2	30,6	195	514
	Напиток из шиповника	200	0,88	0,22	8,25	41,8	507
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	308
Итого за обед		870	38,49	23,59	99,05	749,06	
Итого за день:			61,62	51,82	225,99	1628,07	

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 5							
завтрак	Сыр	20	4,7	7,9	7,3	123	21
	Масло сливочное	10	0,06	0,82	0,08	74,8	20
	Каша молочная манная	210	7,86	9,04	43,1	197,5	302
	Какао с молоком	200	4,85	5,04	32,73	195,71	304
	Вафли	1	1,08	4,83	21,27	129	8
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	1
Итого за завтрак		481	22,6	28,23	112,02	822,01	
	Виноград	110	0,53	0	14,92	57	3
Итого фрукты		110	0,53	0	14,92	57	
обед	Салат из морской капусты	100	1	0,61	0,11	79,89	14
	Суп с клёцками с птицей 250/25	275	2,5	3	18,3	176	141
	Котлета из птицы	100	13,9	15	7,4	187	5
	Горох отварной	180	18,9	1,44	36,72	195	514
	Напиток из шиповника	200	0,88	0,22	8,25	41,8	308
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	2
Итого за обед		935	41,04	20,65	109,28	781,06	
Итого за день:			64,17	48,88	236,22	1660,07	

Медсестра _____ Э.М.Сулейманова

Шеф-повар _____ М.А.Завозненко