

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

четверг  
МЕНЮ  
на 17 Апреля 2025 год  
Меню приготовленных блюд возраст с 7 до 12 лет

| Прием<br>пищи    | Наименование<br>блюда                      | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергети-<br>ческая<br>ценность | N<br>рецептуры |
|------------------|--------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|---------------------------------|----------------|
|                  |                                            |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                 |                |
| Неделя 2 день 9  |                                            |              |                  |       |          |                                 |                |
| завтрак          | Салат из зел.горошка и конс.огурцом        | 60           | 3,45             | 0     | 8,75     | 49,5                            | 18             |
|                  | Чахохбили 80/50                            | 130          | 23,45            | 13,5  | 3,4      | 197,6                           | 214            |
|                  | Каша пшеничная с маслом                    | 150          | 6,67             | 7,5   | 38,04    | 250,5                           | 501            |
|                  | Чай с сахаром и лимоном                    | 200          | 0                | 0     | 15       | 60                              | 301            |
|                  | Ряженка                                    | 200          | 5,6              | 8     | 8,4      | 128                             | 306            |
|                  | Хлеб пшеничный и ржаной                    | 40           | 2,34             | 0,34  | 17,56    | 88,8                            | 1              |
| итого за завтрак |                                            | 780          | 41,51            | 29,34 | 91,15    | 774,4                           |                |
|                  | Киви                                       | 100          | 0,48             | 0     | 14,92    | 67                              |                |
| итого фрукты     |                                            | 100          | 0,48             | 0     | 14,92    | 67                              |                |
| обед             | Овощи свежие порционно                     | 90           | 0,6              | 0,1   | 2        | 11,3                            | 54-2з-2020     |
|                  | Борщ сибирский с мясом и сметаной 230/15/5 | 250          | 17,39            | 8,23  | 21,63    | 198,72                          | 54-2с-2020     |
|                  | Котлета или биточки рыбные                 | 100          | 13,75            | 11,6  | 15,2     | 226                             | 207            |
|                  | Картофельное пюре                          | 150          | 3,15             | 6     | 19,7     | 145,8                           | 54-11г-2020    |
|                  | Компот из сухофруктов(курага)              | 200          | 0,4              | 0,02  | 35,5     | 92                              | 50             |
|                  | Хлеб белый -пшеничный                      | 50           | 4,5              | 1,65  | 23,35    | 133                             | 1              |
|                  | Хлеб ржаной                                | 30           | 1,77             | 0,33  | 13,35    | 65,1                            | 1              |
| Итого за обед    |                                            | 870          | 41,56            | 27,93 | 130,73   | 871,92                          |                |
| Итого за день:   |                                            | 970          | 42,04            | 27,93 | 145,65   | 1713,32                         |                |

Меню приготовленных блюд возраст с 12 лет и старше

| Прием<br>пищи    | Наименование<br><br>блюда                  | Вес<br><br>блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергети-<br>ческая<br>ценность | N<br><br>рецептуры |
|------------------|--------------------------------------------|------------------|------------------|-------|----------|---------------------------------|--------------------|
|                  |                                            |                  | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                 |                    |
| Неделя 2 день 9  |                                            |                  |                  |       |          |                                 |                    |
| завтрак          | Салат из зел.горошка и конс.огурцом        | 60               | 3,45             | 0     | 8,75     | 49,5                            | 18                 |
|                  | Чахохбили 80/50                            | 130              | 23,45            | 13,5  | 3,4      | 197,6                           | 214                |
|                  | Каша пшеничная с маслом                    | 150              | 6,67             | 7,5   | 38,04    | 250,5                           | 501                |
|                  | Чай с сахаром и лимоном                    | 200              | 0                | 0     | 15       | 60                              | 301                |
|                  | Ряженка                                    | 200              | 5,6              | 8     | 8,4      | 128                             | 306                |
|                  | Хлеб пшеничный и ржаной                    | 40               | 2,34             | 0,34  | 17,56    | 88,8                            | 1                  |
| итого за завтрак |                                            | 780              | 41,51            | 29,34 | 91,15    | 774,4                           |                    |
|                  | Киви                                       | 100              | 0,48             | 0     | 14,92    | 67                              |                    |
| итого фрукты     |                                            | 100              | 0,48             | 0     | 14,92    | 67                              |                    |
| обед             | Овощи свежие порционно                     | 100              | 0,6              | 0,1   | 2        | 11,3                            | 54-2з-2020         |
|                  | Борщ сибирский с мясом и сметаной 250/15/5 | 270              | 17,39            | 8,28  | 15       | 215                             | 54-2с-2020         |
|                  | Котлета или биточки рыбные                 | 100              | 13,75            | 11,6  | 15,2     | 226                             | 207                |
|                  | Картофельное пюре                          | 180              | 3,15             | 8,25  | 21,75    | 189                             | 54-11г-2020        |
|                  | Компот из сухофруктов(курага)              | 200              | 0,4              | 0,02  | 35,5     | 92                              | 50                 |
|                  | Хлеб белый -пшеничный                      | 50               | 4,5              | 1,65  | 23,35    | 133                             | 1                  |
|                  | Хлеб ржаной                                | 30               | 1,77             | 0,33  | 13,35    | 65,1                            | 1                  |
|                  | Итого за обед                              | 930              | 41,56            | 30,23 | 126,15   | 931,4                           |                    |
| Итого за день:   |                                            |                  | 42,04            | 30,23 | 141,07   | 1772,8                          |                    |

Медсестра Э.М.Сулейманова

Шеф-повар М.А.Завозненко