


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

**МЕНЮ**  
 на 17 Мая 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		
<b>Неделя 2 день 10</b>							
<b>завтрак</b>	Масло	10	0,06	0,82	0,08	74,8	20
	Сыр	20	4,7	7,9	7,3	123	21
	Каша молочная пшеничная	210	7,86	9,04	43,1	167,5	302
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	62,8	337
	Конфеты шоколадные	50	1,08	2	8,4	108	
	Кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	125	305
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>25,35</b>	<b>28,56</b>	<b>95,42</b>	<b>763,1</b>	
	Киви	135	0,48	0	14,92	67	
<b>итого фрукты</b>		<b>135</b>	<b>0,48</b>	<b>0</b>	<b>14,92</b>	<b>67</b>	
<b>обед</b>	Икра свекольная	90	0,9	0,55	0,1	71,9	14
	Суп картофельный с бобовыми(горох)	250	29,03	32,79	15,54	185,76	103/1
	Бигус с мясом	230	18,76	24,48	24,12	296,4	362
	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	307
<b>Итого за обед</b>		<b>850</b>	<b>53,43</b>	<b>58,42</b>	<b>86,51</b>	<b>697,23</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>53,91</b>	<b>58,42</b>	<b>101,43</b>	<b>1527,33</b>	

**Меню приготовленных блюд возраст с 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 день 10</b>							
<b>завтрак</b>	Масло	10	0,06	0,82	0,08	74,8	20
	Сыр	20	4,7	7,9	7,3	123	21
	Каша молочная пшеничная	210	7,86	9,04	43,1	167,5	302
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	62,8	337
	Конфеты шоколадные	50	1,08	2	8,4	108	
	Кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	125	205
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>25,35</b>	<b>28,56</b>	<b>95,42</b>	<b>763,1</b>	
	Киви	135	0,48	0	14,92	67	
<b>итого фрукты</b>		<b>135</b>	<b>0,48</b>	<b>0</b>	<b>14,92</b>	<b>67</b>	
<b>обед</b>	Икра свекольная	100	1	0,61	0,11	79,89	14
	Суп картофельный с бобовыми(горох)	270	31,35	35,41	17,27	185,76	103
	Бигус с мясом	260	21,21	27,67	26,05	335,17	362
	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	2
<b>Итого за обед</b>		<b>910</b>	<b>58,3</b>	<b>64,29</b>	<b>90,18</b>	<b>743,99</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>58,78</b>	<b>64,29</b>	<b>105,1</b>	<b>1574,09</b>	

Медсестра \_\_\_\_\_ Э.М.Сулейманова  
 Шеф-повар \_\_\_\_\_ М.А.Завозненко