

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

МЕНЮ

Вторник

на 17 декабря 2024 год

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	
	Груша	200	0,53	0	14,92	57	3
итого фрукты		200	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
	Лук репчатый	5	0,3	0,02	0,89	5,96	
	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		880	14,08	20,56	124,41	736,33	
Итого за день:			14,61	20,56	139,33	1522,33	

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	
	Груша	200	0,53	0	14,92	57	3
итого фрукты		200	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
	Лук репчатый	5	0,3	0,02	0,89	5,96	
	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		910	15,23	22,28	130,11	798,33	
Итого за день:			15,76	22,28	145,03	1584,33	

Медсестра _____ Э.М.Сулейманова

Шеф-повар _____ М.А.Завозненко