

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

**МЕНЮ**

Вторник

на 20 Февраля 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		
<b>Неделя 1 день 2</b>							
завтрак	Помидоры свежие порционно	50	3,45	0	8,75	49,5	18
	Сосиски отварные	100	11	23,9	0,4	261	413
	Макароньы отварные	150	5,25	6,15	35,25	220,5	516
	Соус красный основной	50	1,3	2,4	4,2	44	587
	Чай без сахара	222	0	0	15	60	301
	Шоколадные конфеты	50	1,08	2	8,4	128	
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
<b>итого за завтрак</b>		<b>662</b>	<b>26,13</b>	<b>35,05</b>	<b>79,54</b>	<b>865</b>	
	Яблоко	200	0,53	0	14,92	57	3
<b>итого фрукты</b>		<b>200</b>	<b>0,53</b>	<b>0</b>	<b>14,92</b>	<b>57</b>	
обед	Винегрет овощной	90	0,6	5,1	2	12	15
	Суп овощной с мясом и сметаной 230/15/5	250	13,5	6,75	11	159	102/1
	Запеканка картофельная с субпродуктами	250	18,25	24,5	14,25	350	205
	Соус красный основной	50	1,3	2,4	4,2	44	587
	Компот из свежих фруктов	200	0	0	35,5	92	50
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	3
<b>Итого за обед</b>		<b>920</b>	<b>37,51</b>	<b>39,13</b>	<b>105,45</b>	<b>758,37</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>38,04</b>	<b>39,13</b>	<b>120,37</b>	<b>1680,37</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 1 день 2</b>							
завтрак	Помидоры свежие порционно	60	3,45	0	8,75	49,5	18
	Сосиски отварные	100	11	23,9	0,4	261	413
	Макароньы отварные	180	6,3	7,38	42,3	264,6	516
	Чай без сахара	222	0	0	15	60	301
	Чай с сахаром с лимоном	222	0	0	15	60	301
	Шоколадные конфеты	50	1,08	2	8,4	128	
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
<b>итого за завтрак</b>		<b>874</b>	<b>25,88</b>	<b>33,88</b>	<b>97,39</b>	<b>925,1</b>	
	Яблоко	200	0,53	0	14,92	57	3
<b>итого фрукты</b>		<b>200</b>	<b>0,53</b>	<b>0</b>	<b>14,92</b>	<b>57</b>	
обед	Винегрет овощной	100	0,7	5,67	2,3	13,33	15
	Суп овощной с мясом и сметаной 250/15/5	270	14,58	7,3	11,88	171,72	102
	Запеканка картофельная с субпродуктами	250	18,25	24,5	14,25	350	205
	Соус красный основной	50	1,3	2,4	4,2	44	587
	Компот из свежих фруктов	200	0	0	35,5	92	50
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	3
<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>38,69</b>	<b>40,25</b>	<b>106,63</b>	<b>772,42</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>65,1</b>	<b>74,13</b>	<b>218,94</b>	<b>1754,52</b>	

Медсестра \_\_\_\_\_ Э.М.Сулейманова

Шеф-повар \_\_\_\_\_ М.А.Завозненко