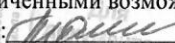


Утверждаю
 КОУ "Мегионская школа для обучающихся с
 ограниченными возможностями здоровья"
 Директор:  Е. В. Масленников

Среда

МЕНЮ
 на 27 декабря 2023 год

Меню приготовленных блюд возраст с 7 до 12 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|------------------------|---------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|----------------------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 1 день 3 | | | | | | | |
| завтрак | Сырники со сметанным соусом | 200 | 15,2 | 12,4 | 18,9 | 251 | 403 |
| | Кофейный напиток | 200 | 2,5 | 3,6 | 28,7 | 125 | 305 |
| | Медвеженюк Барни | 30 | 1,08 | 2 | 8,4 | 128 | |
| | Хлеб пшеничный и ржаной | 40 | 4,05 | 0,6 | 7,54 | 102 | 2 |
| итого за завтрак | | 470 | 22,83 | 18,6 | 63,54 | 606 | |
| | Мандарины | 200 | 0,43 | 0 | 12,92 | 89 | 3 |
| итого фрукты | | 200 | 0,43 | 0 | 12,92 | 89 | |
| обед | Томаты в с/с | 90 | 1,48 | 6,32 | 7,23 | 91,37 | 31 |
| | Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 250 | 4,88 | 7,24 | 20,3 | 195,6 | 107/1 |
| | Гуляш | 130 | 14,43 | 18,59 | 2,47 | 234,91 | 437 |
| | Каша ячневая с маслом | 150 | 6,67 | 7,5 | 38,04 | 250,5 | 501 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 1,2 | 0 | 31,6 | 126 | 302 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 80 | 3,86 | 0,38 | 38,5 | 101,37 | 3 |
| Итого за обед | | 900 | 32,52 | 40,03 | 138,14 | 999,75 | |
| Итого за день: | | | 32,95 | 40,03 | 151,06 | 1694,75 | |

Меню приготовленных блюд возраст с 12 лет и старше

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|------------------------|---------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|----------------------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 1 день 3 | | | | | | | |
| завтрак | Сырники со сметанным соусом | 200 | 15,2 | 12,4 | 18,9 | 251 | 403 |
| | Кофейный напиток | 200 | 2,5 | 3,6 | 28,7 | 125 | 305 |
| | Медвеженюк Барни | 30 | 1,08 | 2 | 8,4 | 128 | |
| | Хлеб пшеничный и ржаной | 40 | 4,05 | 0,6 | 7,54 | 102 | 2 |
| итого за завтрак | | 470 | 22,83 | 18,6 | 63,54 | 606 | |
| | Мандарины | 200 | 0,43 | 0 | 12,92 | 89 | 3 |
| итого фрукты | | 200 | 0,43 | 0 | 12,92 | 89 | |
| обед | Томаты в с/с | 100 | 1,48 | 6,32 | 7,23 | 91,37 | 31 |
| | Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 270 | 5,27 | 7,82 | 21,72 | 210 | 107 |
| | Гуляш | 130 | 14,43 | 18,59 | 2,47 | 234,91 | 437 |
| | Каша ячневая с маслом | 180 | 8,00 | 9,00 | 45,65 | 300,60 | 501 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 1,2 | 0 | 31,6 | 126 | 302 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 80 | 3,86 | 0,38 | 38,5 | 101,37 | 3 |
| Итого за обед | | 960 | 34,24 | 42,11 | 147,17 | 1064,25 | |
| Итого за день: | | | 34,67 | 42,11 | 160,09 | 1759,25 | |

Медсестра _____  Э.М.Сулейманова

Шеф-повар _____ М.А.Завозненко