


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

**МЕНЮ**

Среда

31 Января 2024 года

**Меню приготовленных блюд возраст с 7 до 12 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 день 8</b>							
завтрак	Запеканка из творога со сметаной 150/30	180	27	23,94	24,66	430,2	405
	Кисель из концентрата	200	0	0	30,6	118	307
	Чоко пай	28	1,1	5,12	18,4	124,6	
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
<b>итого за завтрак</b>		<b>448</b>	<b>32,15</b>	<b>29,66</b>	<b>81,2</b>	<b>774,8</b>	
	Киви	150	0,53	0	14,92	57	3
<b>итого фрукты</b>		<b>150</b>	<b>0,53</b>	<b>0</b>	<b>14,92</b>	<b>57</b>	
обед	Салат из свежих огурцов и помидор	90	0	7,5	4	139	50
	Суп лапша домашняя с птицей 225/25	250	3,1	6,2	14,2	150	106/1
	Чахохбили 80/50	130	23,45	13,5	3,4	197,6	210/1
	Каша ячневая с маслом	150	6,67	7,5	38,04	250,5	501
	Компот из сухофруктов(изюма)	200	1,2	0	31,6	126	302
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	2
<b>Итого за обед</b>		<b>900</b>	<b>38,28</b>	<b>35,08</b>	<b>129,74</b>	<b>964,47</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1050</b>	<b>38,81</b>	<b>35,08</b>	<b>144,66</b>	<b>1796,27</b>	

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 день 8</b>							
завтрак	Запеканка из творога со сметаной 150/30	180	27	23,94	24,66	430,2	405
	Кисель из концентрата	200	0	0	30,6	118	307
	Чоко пай	28	1,1	5,12	18,4	124,6	
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
<b>итого за завтрак</b>		<b>448</b>	<b>32,15</b>	<b>29,66</b>	<b>81,2</b>	<b>774,8</b>	
	Киви	150	0,53	0	14,92	57	3
<b>итого фрукты</b>		<b>150</b>	<b>0,53</b>	<b>0</b>	<b>14,92</b>	<b>57</b>	
обед	Салат из свежих огурцов и помидор	100	0	7,5	4	139	50
	Суп лапша домашняя с птицей 250/25	275	3,41	6,82	15,62	165	106
	Каша ячневая с маслом	180	8,00	9,00	45,65	300,60	501
	Чахохбили 100/50	150	26,45	14,5	3,8	247,5	210
	Компот из сухофруктов(изюма)	200	1,2	0	31,6	126	302
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	2
<b>Итого за обед</b>		<b>985</b>	<b>42,92</b>	<b>38,2</b>	<b>139,17</b>	<b>1079,47</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1135</b>	<b>43,45</b>	<b>38,2</b>	<b>154,09</b>	<b>1911,27</b>	

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