


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

МЕНЮ

на 26 Января 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		
Неделя 2 день 5							
завтрак	Сыр	20	4,7	7,9	7,3	123	21
	Масло сливочное	10	0,06	0,82	0,08	74,8	20
	Каша молочная манная	210	7,86	9,04	43,1	197,5	302
	Какао с молоком	200	4,85	5,04	32,73	195,71	304
	Шоколад	25	1,08	2	8,4	128	
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
итого за завтрак		505	22,6	25,4	99,15	821,01	
	Груша	180	0,48	0	14,92	67	
итого фрукты		180	0,48	0	14,92	67	
обед	Икра свекольная	90	0,9	0,55	0,1	71,9	14
	Суп с клёцками с птицей 225/25	250	3,1	6,2	14,2	150	141
	Котлета из птицы	100	13,9	15	7,4	187	203
	Гороховое пюре	150	15,75	1,2	30,6	195	514
	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	308
Итого за обед		870	38,39	23,55	99,05	747,07	
Итого за день:			61,47	48,95	213,12	1635,08	

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 5							
завтрак	Сыр	20	4,7	7,9	7,3	123	21
	Масло сливочное	10	0,06	0,82	0,08	74,8	20
	Каша молочная манная	210	7,86	9,04	43,1	197,5	302
	Какао с молоком	200	4,85	5,04	32,73	195,71	304
	Шоколад	25	1,08	2	8,4	128	
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	
итого за завтрак		505	22,6	25,4	99,15	821,01	
	Груша	180	0,48	0	14,92	67	
итого фрукты		180	0,48	0	14,92	67	
обед	Икра свекольная	100	1	0,61	0,11	79,89	14
	Суп с клёцками с птицей 250/25	275	2,5	3	18,3	176	141
	Котлета из птицы	100	13,9	15	7,4	187	5
	Гороховое пюре	180	18,9	1,44	36,72	234	514
	Напиток из шиповника	200	0,88	0,22	8,25	41,8	308
	Хлеб ржано-пшеничный	80	3,86	0,38	38,5	101,37	2
Итого за обед		935	41,04	20,65	109,28	820,06	
Итого за день:			64,12	46,05	223,35	1708,07	

Медсестра _____

Э.М.Сулейманова

Шеф-повар _____

М.А.Завозненко