


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

МЕНЮ

Среда

28 Февраля 2024 год

Меню приготовленных блюд возраст с 7 до 12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 день 8							
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
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
итого за завтрак		420	31,05	24,54	62,8	650,2	
	Банан	230	0,53	0	14,92	57	3
итого фрукты		230	0,53	0	14,92	57	
обед	Салат из свеж.огурцов помидор	90	0	7,1	3,65	137	50
	Суп лапша домашняя с птицей	250	3,1	6,2	14,2	150	106/1
	Чахохбили	80/50	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
Итого за обед		770	38,28	34,68	129,39	962,47	
Итого за день:		1000	38,81	34,68	144,31	1669,67	

Меню приготовленных блюд возраст с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 день 8							
завтрак	Запеканка из творога со сметаной	150/30	27	23,94	24,66	430,2	405
	Кисель из концентрата	200	0	0	30,6	118	307
	Хлеб пшеничный и ржаной	40	4,05	0,6	7,54	102	2
итого за завтрак		240	31,05	24,54	62,8	650,2	
	Банан	230	0,53	0	14,92	57	3
итого фрукты		230	0,53	0	14,92	57	
обед	Салат из свежих огурцов и помидор	100	0	7,5	4	139	50
	Суп лапша домашняя с птицей	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	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
Итого за обед		835	42,92	38,2	139,17	1079,47	
Итого за день:			43,45	38,2	154,09	1786,67	

Медсестра _____ Э.М.Сулейманова
 Шеф-повар  М.А.Завозненко