

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ с 12 лет 5 разовое питание						
01.06.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего	воды, г	
	Завтрак					
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	5,97	5,26	30,73	201,1
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,1
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,7	3,83	15,31	107,9
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	96,69
-	Апельсины	200	1,8	0,4	16,2	88,96
	Итого за 'Завтрак '	665	14,9	20,97	79,13	593,7
	Обед					
5/1	Салат из белокочанной капусты с	100	1,64	6,02	8,38	96,91
9/2	Рассольник со сметаной	250	1,8	5,32	11,67	106,5
12/8	Гуляш из мяса говядины	100	14,89	15,69	4,74	221,2
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,57	38,87	220,7
-	Сок	200	1	0,2	20,2	86,48
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,69	156,7
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	96,69
	Итого за 'Обед '	950	33,62	31,87	133,3	985,2
	Полдник					
25/12	Шаньга наливная	100	4,46	3,54	24,99	153,6
38/10	Молоко кипяченое	250	7,27	8,02	11,78	146,8
	Итого за 'Полдник '	350	11,73	11,56	36,77	300,3
	Ужин					
1/1	Горошек зеленый	50	1,52	2,06	3,19	42,1
4/8	Плов из мяса говядины	300	21,41	24,66	43,79	492,2
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,8	37,8
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,68
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,39	28,02	134,3
	Итого за 'Ужин '	630	28,29	27,37	91,47	745,1
	Поздник					
-	Йогурт	200	8,2	3	11,8	111,2
	Итого за 'Поздник '	200	8,2	3	11,8	111,2
	Итого за день		96,74	94,76	352,4	2736



Руководитель

Бабушкин Д.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.