

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ с 12 лет 5 разовое питание						
02.06.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего	воды, г	
	Завтрак					
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,31	5,09	28,42	183,3
-	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
-	Мандарины	200	1,6	0,4	15	81,2
	Итого за 'Завтрак '	665	14,03	20,8	75,63	568,2
	Обед					
29/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	100	1,15	5,96	8,88	96,95
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	5,56	20,78	164,1
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,99
5/7	Рыба жареная	120	25,6	9,51	4,13	205,4
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	4,4	24,45	159,1
-	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 '	980	47,63	28,61	127,8	993,4
	Полдник					
14/12	Булочка дорожная	100	7,74	11,23	53,14	350,2
38/10	Молоко кипяченое	250	7,27	8,02	11,78	146,8
	Итого за 'Полдник '	350	15,01	19,25	64,92	497
	Ужин					
1/1	Горошек зеленый	50	1,52	2,06	3,19	42,1
3/8	Мясо говядины, тушенное с овощами	300	23,58	23,49	29,71	433,7
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	30,47	26,2	77,4	686,7
	Поздник					
-	Йогурт	200	8,2	3	11,8	111,2
	Итого за 'Поздник '	200	8,2	3	11,8	111,2
	Итого за день		115,34	97,85	357,6	2856



Руководитель

Бабушкин Д.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.