

КОУ " Леушинская школа-интернат для детей с ОВЗ "						
МЕНЮ с 12 лет 5 разовое питание						
12.05.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего	воды, г	
	Завтрак					
8/5	Запеканка (сырники) из творога	200	33,8	19,2	26,42	418,5
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,1	63,48
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,1
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	9,5	77,79
-	Хлеб пшеничный	65	5,01	1,95	32,57	175,2
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	96,69
	Итого за 'Завтрак '	550	46,8	37,53	96,47	930,8
	Обед					
21/1	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	100	0,88	2,59	2,9	41,31
2/2	Щи со сметаной	250	2,24	1,53	11,01	71,66
-	Мясо кур отварное	40	9,44	8,94	0	118,2
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины	100	9,82	10,52	6,43	160,3
44/3	Каша рисовая с овощами	180	4,54	8,57	45,3	285,1
37/10	Напиток из брусники	200	0,31	0,14	14,15	61,92
-	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 '	990	35,15	33,35	129,2	991,9
	Полдник					
-	Печенье	40	3	3,92	29,76	168,9
3/10	Компот из вишни	200	0,35	0,35	18,4	79,96
-	Груши	150	0,44	0,33	11,33	55,76
	Итого за 'Полдник '	350	3,79	4,6	59,49	304,6
	Ужин					
-	Огурец соленый	100	0,78	0,1	1,67	14
56/8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины с овощами	220	13,31	11,38	30,45	287,2
8/11	Соус красный с луком и огурцами	50	0,32	4,77	1,41	50,7
-	Сок	200	1	0,2	20,2	86,48
-	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 '	650	20,7	17,08	88,42	611,4
	Поздник					
-	Йогурт фруктово-ягодный	180	5,22	5,76	7,2	104,9
	Итого за 'Поздник '	180	5,22	5,76	7,2	104,9
	Итого за день		111,67	98,32	380,8	2944



Руководитель

Бабушкин Д.В.

Шеф-повар

Handwritten signature of the Head Chef

Хайруллина Р.К.