

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ"						
МЕНЮ с 7-11 лет						
02.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего	воды, г	
	Завтрак					
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	4,99	6,51	26,42	182,8
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06
	Джем	10	0,05	0	7,26	27,79
36/10	Какао с молоком	200	3,64	3,34	24,1	134,8
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Завтрак'	510	14,71	17,92	98,03	600,8
	Обед					
8/1	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	80	1,06	4,77	4,08	61,07
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,86	4,72	12,32	96,51
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,99
11/8	Сердце говяжье в молочном соусе	90	12,58	6,82	4,66	130,1
1/3	Картофель отварной	150	2,89	3,29	23,87	135,5
10/10	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,19
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'	810	27,08	22,24	104,1	709,3
	Полдник					
39/12	Сосиска в тесте	80	7,21	10,44	22,4	211,9
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,8
-	Бананы	100	0,4	0,3	13,1	50,69
	Итого за 'Полдник'	380	7,69	10,76	45,34	300,4
	Ужин					
16/1	Салат из моркови с маслом	80	0,94	4,77	9,06	78,68
2/9	Мясо кур отварное в соусе	100	11,64	11,19	2,44	156,8
40/3	Каша гречневая с овощами	150	8,61	6,83	45,65	265,9
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Ужин'	610	27,47	23,67	113,7	757,9
	Поздник					
-	Йогурт фруктово-ягодный	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		82,75	80,99	369,2	2485

Руководитель

Бабушкин Д.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ с 12 лет и старше						
02.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	4,99	6,51	26,42	182,82
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
	Джем	20	0,1	0	14,52	55,576
36/10	Какао с молоком	200	3,64	3,34	24,1	134,77
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,73
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
	Итого за 'Завтрак'	555	16,78	21,79	118,9	725,68
	Обед					
8/1	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	100	1,32	5,97	5,11	76,338
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	2,32	5,89	15,4	120,64
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
11/8	Сердце говяжье в молочном соусе	120	16,77	9,09	6,22	173,45
1/3	Картофель отварной	180	3,47	3,95	28,64	162,59
10/10	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,19
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,73
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
	Итого за 'Обед'	980	35,22	27,91	132,3	902,62
	Полдник					
39/12	Сосиска в тесте	100	9,01	13,05	28,01	264,83
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,802
-	Бананы	150	0,6	0,45	19,65	76,035
	Итого за 'Полдник'	450	9,69	13,52	57,49	378,67
	Ужин					
29/1	Салат из моркови с маслом	100	1,15	5,96	10,94	96,952
2/9	Мясо кур отварное в соусе	100	11,64	11,19	2,44	156,81
40/3	Каша гречневая с овощами	180	10,33	8,19	54,78	319,11
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,39	28,14	134,34
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,676
	Итого за 'Ужин'	660	29,41	26,17	125,2	832,37
	Поздник					
-	Йогурт фруктово-ягодный	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		96,91	95,79	441,9	2955,9

Руководитель  Бабушкин Д.В.

Шеф-повар



Хайруллина Р.К.