

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с 7-11 лет						
08.09.2022г						
Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
18/5	Пудинг из творога с изюмом	180	25,83	18,89	37,38	320,1
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,1	63,48
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,44	95,197
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,95
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,352
	Итого за 'Завтрак'	500	36,21	31,81	103,2	734,2
	Обед					
19/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	80	0,59	4,77	2,58	54,033
10/2	Рассольник домашний со сметаной	200	1,79	4,3	12,54	94,188
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
4/8	Плов из мяса говядины	200	14,8	16,51	36,71	200,33
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,95
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,014
	Итого за 'Обед'	770	26,14	28,39	108,4	630
	Полдник					
22/12	Пирог Тигренок	60	3,47	4,81	32,29	182,65
38/10	Молоко кипяченое	200	5,81	6,41	9,42	117,42
-	Мандарины	100	0,8	0,2	9,4	40,6
	Итого за 'Полдник'	360	10,08	11,43	51,11	340,66
	Ужин					
20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	0,81	4,85	3,83	61,403
2/9	Мясо кур отварное в соусе	90	10,48	10,07	2,19	95,4
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	2,98	34,11	183,94
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,95
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,014
	Итого за 'Ужин'	600	21,99	18,6	85,93	549,37
	Поздник					
-	Кисломолочный продукт	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		100,23	96,63	356,6	2370,9

Руководитель

Бабушкин Д.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ"						
МЕНЮ интернат с 12 лет						
08.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
18/5	Пудинг из творога с изюмом	200	28,7	20,99	41,53	366,78
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,1	63,48
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,44	95,197
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,73
-	Хлеб ржаной	55	3,63	0,66	22,94	106,36
	Итого за 'Завтрак'	560	41,44	37,84	123	927
	Обед					
19/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,74	5,97	3,22	67,542
10/2	Рассольник домашний со сметаной	250	2,24	5,38	15,67	117,73
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
4/8	Плов из мяса говядины	250	18,5	20,64	45,89	253,33
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	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'	930	33,08	35,16	139,1	806,4
	Полдник					
22/12	Пирог Тигренок	60	3,47	4,81	32,29	182,65
38/10	Молоко витаминизированное	200	5,81	6,41	9,42	117,42
-	Мандарины	100	0,8	0,2	9,4	48,68
	Итого за 'Полдник'	360	10,08	11,43	51,11	348,7
	Ужин					
20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	1,01	6,06	4,79	76,754
2/9	Мясо кур отварное в соусе	120	13,97	13,42	2,92	100,8
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,57	40,93	220,73
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	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'	680	26,75	23,71	94,96	610
	Поздник					
-	Кисломолочный продукт	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		117,15	114,54	416,2	2809,1

Руководитель  Бабушкин Д.В.

Шеф-повар 

Хайруллина Р.К.