

Леушинская школа- интернат для обучающихся с ОВЗ						
МЕНЮ с 7-11лет интернат						
12.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего	воды, г	
	Завтрак					
9/4	Каша рисовая вязкая с маслом	200	2,15	4,35	27,49	157,1
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,44	95,2
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Завтрак'	520	16,36	20,88	82,2	577,7
	Обед					
21/1	Салат из свежего перца и томатов с растительным маслом	80	0,7	4,81	3,21	57,72
3/2	Борщ с фасолью и сметаной	200	2,75	4,28	13,32	97,57
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,99
12/8	Гуляш из мяса говядины	90	13,4	14,12	4,83	199,1
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	2,98	34,11	183,9
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,6
-	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	31,14	28,85	114,6	823,8
	Полдник					
	Печенье	60	8,03	7,51	18,9	175,3
	Молоко	200	5,81	6,41	9,42	117,4
-	Яблоки	150	0,6	0,6	17,4	73,02
	Итого за 'Полдник'	410	14,44	14,52	45,72	365,7
	Ужин					
-	Огурец соленый	80	0,63	0,08	1,96	11,2
5/7	Рыба жареная	90	19,2	7,13	3,26	154
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,6
-	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'	600	29,22	11,77	83,85	554,3
	Поздник					
-	Йогурт натуральный	125	5,1	1,88	7,38	69,22
	Итого за 'Поздник'	125	5,1	1,88	7,38	69,22
	Итого за день		96,96	82,42	334,4	2391



Руководитель

Бабушкин Д.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

Леушинская школа-интернат для обучающихся детей с ОВЗ						
МЕНЮ с 12 лет и старше						
12.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки , г всего	Жи- р ы, г всего	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
9/4	Каша рисовая вязкая с маслом	200	3,02	5,33	32,03	188,601
4/13	Сыр (порциями)	30	7,89	7,98	0	105,18
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
30/10	Чай с молоком	200	3,04	3,19	14,53	96,1521
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,731
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
	Итого за 'Завтрак'	565	21,99	28,43	100,4	742,45
	Обед					
21/1	Салат из свежего перца и томатов с растительным маслом	100	0,88	3,08	4,01	45,7143
3/2	Борщ с фасолью и сметаной	250	3,44	5,35	16,65	121,961
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,9936
12/8	Гуляш из мяса говядины	100	14,89	15,69	5,37	221,167
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,57	40,93	220,728
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,5989
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,731
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
	Итого за 'Обед'	960	37,19	30,73	143,8	978,58
	Полдник					
	Печенье	60	10,14	8,5	19,24	194,421
	Молоко	200	5,81	6,41	9,42	117,415
-	Яблоки	150	0,8	0,8	23,2	97,36
	Итого за 'Полдник'	460	16,76	15,71	51,86	409,2
	Ужин					
-	Огурец соленый	100	0,78	0,1	2,45	14,0042
5/7	Рыба жареная	100	21,33	7,93	3,62	171,132
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	4,4	26,49	159,103
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,39	28,14	134,341
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,676
	Итого за 'Ужин'	660	32,14	13,26	89,64	603,74
	Поздник					
-	Йогурт натуральный	125	5,1	1,88	7,38	69,22
	Итого за 'Поздник'	125	5,4	1,88	7,38	69,22
	Итого за день		113,5	90,12	418,2	2803,19



Руководитель

Бабушкин Д.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.