

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с7-11 лет						
15.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
19/4	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	200	5,11	6,51	26,24	180,93
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,44	95,197
-	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 '	520	19,31	23,05	80,94	601,62
	Обед					
21/1	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	80	0,7	4,81	3,21	57,718
16/2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	4,45	19,45	131,24
1/9	Мясо кур отварное (порц., без кости)	10	2,26	1,9	0,03	26,314
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины	90	12,94	10,64	5,77	171,04
32/3	Рагу из овощей	150	2,5	3,98	17,35	110,4
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0,1	14,6	55,735
-	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'	810	28,36	26,57	96,37	722,41
	Полдник					
23/12	Манник	80	5,21	6,16	45,34	253,56
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,802
-	Мандарины	150	1,2	0,3	14,1	60,9
	Итого за 'Полдник '	430	6,49	6,48	69,28	352,26
	Ужин					
-	Огурец соленый	50	0,39	0,05	1,23	7,0021
56/8	Запеканка картофельная с мясом и овощами	200	14,05	10,7	31,42	275,46
8/11	Соус красный с луком и огурцами	50	0,51	2,27	3,64	36,121
-	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 'Ужин'	580	21,23	13,9	92,85	575,03
	Поздник					
-	Снежок	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		81,19	76,4	347,4	2367,9

Руководитель

Астапенко О В

Шеф-повар

Васк

Хайруллина Р.К.

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с 12 лет						
15.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего	воды, г	
	Завтрак					
19/4	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	200	5,11	6,51	26,24	180,93
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,44	95,197
-	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	21,67	26,98	96,64	708,43
	Обед					
21/1	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	100	0,88	6,01	4,01	72,148
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	5,56	24,31	164,06
1/9	Мясо кур отварное	20	4,53	3,81	0,07	52,628
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины	100	14,37	11,82	6,41	190,04
32/3	Рагу из овощей	180	3	4,77	20,81	132,48
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0,1	14,6	55,735
-	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'	970	36,48	33,14	123,9	920,51
	Полдник					
23/12	Манник	80	5,21	6,16	45,34	253,56
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,802
-	Мандарины	150	1,5	0,5	22,7	95,5
	Итого за 'Полдник '	380	6,79	6,68	77,88	386,86
	Ужин					
-	Огурец соленый	80	0,63	0,08	1,96	11,203
56/8	Запеканка картофельная с мясом	200	14,05	10,7	31,42	275,46
8/11	Соус красный с луком и огурцами	50	0,51	2,27	3,64	36,121
-	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'	610	21,47	13,88	94,1	582,28
	Поздник					
-	Снежок	200	5,4	2	32,4	153,12
	Итого за 'Поздник'	200	5,4	2	32,4	153,12
	Итого за день		91,81	82,68	424,9	2751,2



Руководитель

Астапенко О В

Шеф-повар

[Signature]

Хайруллина Р.К.