

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интрнат с 12 лет						
17.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего		
	Завтрак					
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	5,97	5,26	33,67	201,1
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,371
-	Хлеб ржаной	55	3,63	0,66	22,94	106,36
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,73
	Итого за 'Завтрак'	560	22,75	25,78	104	729,78
	Обед					
19/1	Салат из свежих огурцов с маслом	100	0,74	5,97	3,22	67,542
38/2	Суп крестьянский со сметаной	250	2,32	5,89	15,4	120,64
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	250	15,67	16,16	16,06	269,34
14/10	Компот из чернослива	200	0,45	0,14	22,76	88,57
-	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	29,79	31,14	111,1	827,51
	Полдник					
23/12	Манник	80	5,21	6,16	45,34	253,56
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
	Зефир	50	0,38	0,04	36,76	142,97
-	Мандарины	150	1,2	0,3	14,1	60,9
	Итого за 'Полдник'	480	7,79	6,7	116,8	543,9
	Ужин					
-	Помидор	100	1,08	0,2	5,1	25,411
9/8	Сердце по-строгановски	100	12,74	14,22	2,91	191,04
38/3	Рис припущенный с овощами	180	4,54	8,63	47,52	285,63
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,802
-	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	23,72	23,7	101,9	712,9
	Поздник					
-	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	69,525
	Итого за 'Поздник'	125	5,13	1,88	7,38	69,53
	Итого за день		89,17	89,2	441,2	2883,6

Руководитель



Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с 7-11 лет						
17.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	5,97	5,26	33,67	201,1
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,371
-	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	20,39	21,85	88,32	622,96
	Обед					
19/1	Салат из свежих огурцов с маслом	80	0,59	4,77	2,58	54,033
38/2	Суп крестьянский со сметаной	200	1,86	4,72	12,32	96,514
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	200	12,53	12,93	12,84	215,48
14/10	Компот из чернослива	200	0,45	0,14	22,76	88,57
-	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	23,4	25,16	86,46	652,55
	Полдник					
23/12	Манник	60	3,91	4,62	34	190,17
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
	Зефир	50	0,38	0,04	36,76	142,97
-	Мандарины	150	1,2	0,3	14,1	60,9
	Итого за 'Полдник'	460	6,49	5,16	105,5	480,51
	Ужин					
-	Помидор	80	0,86	0,16	4,08	20,329
9/8	Сердце по-строгановски	90	11,47	12,79	2,62	171,93
38/3	Рис припущенный с овощами	150	3,78	7,19	39,6	238,03
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,802
-	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	21,48	20,85	92,1	638,06
	Поздник					
-	Йогурт натуральный	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		77,55	79,43	380,4	2510,7

Руководитель

А.П.П.



Астапенко О.В.

Шеф-повар

В.С.С.

Хайруллина Р.К.