

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с 7-11 лет						
18.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего	воды, г	
	Завтрак					
	Творожный десерт (мексиканский флан)	180	29,4	18	14,15	339
-	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	39,79	30,92	79,95	753,05
	Обед					
21/1	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	80	0,7	4,81	3,21	57,718
37/2	Уха с крупой рисовой	200	7,78	3,87	11,52	110,88
7/8	Бефстроганов из мяса говядины	90	14,52	15,48	5,94	220,46
32/3	Рагу из овощей	150	2,5	3,98	17,35	110,4
-	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'	800	31,79	29,03	94,57	755,91
	Полдник					
-	Печенье	40	3	3,92	30,68	168,9
38/10	Молоко кипяченое	200	5,81	6,41	9,42	117,42
-	Апельсины	150	1,35	0,3	15,45	66,72
	Итого за 'Полдник'	390	10,16	10,63	55,55	353,04
	Ужин					
-	Огурец свежий	80	0,63	0,08	2,74	12,489
	Пельмени мясные	200	22,52	13,77	41,68	379,97
6/10	Компот из смородины	200	0,12	0,04	11,94	46,516
-	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'	560	28,55	14,58	92,32	608,94
	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		115,42	87,03	329,8	2540,5



Руководитель

Астапенко О В

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с 12 лет						
18.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего	воды, г	
	Завтрак					
	Творожный десерт (мексиканский флан)	200	32,67	20	15,72	376,67
-	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 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	45,41	36,85	97,22	897,53
	Обед					
21/1	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	100	0,88	6,01	4,01	72,148
37/2	Уха с крупой рисовой	250	7,61	4,17	14,4	124,06
7/8	Бефстроганов из мяса говядины	100	16,13	17,2	6,6	244,96
32/3	Рагу из овощей	180	3	4,77	20,81	132,48
-	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'	950	36,54	33,41	120,1	913,55
	Полдник					
-	Печенье	40	3	3,92	30,68	168,9
38/10	Молоко кипяченое	200	5,81	6,41	9,42	117,42
-	Апельсины	150	1,35	0,3	15,45	66,72
	Итого за 'Полдник'	390	10,16	10,63	55,55	353,04
	Ужин					
-	Огурец свежий	100	0,78	0,1	3,43	15,611
	Пельмени мясные	250	28,15	17,21	52,1	474,96
6/10	Компот из смородины	200	0,12	0,04	11,94	46,516
-	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'	630	34,34	17,98	104	710,1
	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		131,58	100,75	384,2	2943,8



Руководитель

[Signature]

Астапенко О В

Шеф-повар

[Signature]

Хайруллина Р.К.