

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с 12 лет						
19.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего		
	Завтрак					
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,31	5,09	29,47	183,34
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12
36/10	Какао с молоком	200	3,64	3,34	24,1	134,77
-	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	22,59	25,75	109,5	750,42
	Обед					
8/1	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	100	1,32	5,97	5,11	76,338
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	2,46	5,42	18,77	131,17
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
59/8	Сосиски отварные	100	9,36	15,08	0,8	176,34
8/11	Соус красный с луком и огурцами	50	0,51	2,27	3,64	36,121
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,57	40,93	220,73
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,599
-	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'	1010	31,64	35,34	146,1	1009,7
	Полдник					
	Пряники	40	2,36	1,88	30,84	146,7
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Бананы	150	2,25	0,75	34,05	143,25
	Итого за 'Полдник '	390	5,61	2,83	85,49	376,43
	Ужин					
-	Помидор	100	1,08	0,2	5,1	25,411
3/8	Мясо говядины, тушенное с овощами	250	19,65	19,57	27,33	361,46
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'	630	26,1	20,42	78,75	597,69
	Поздник					
-	Йогурт фруктово-ягодный	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		91,74	90,74	427,9	2850,8

Руководитель

Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с7-11 лет						
19.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,31	5,09	29,47	183,34
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12
36/10	Какао с молоком	200	3,64	3,34	24,1	134,77
-	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	20,23	21,81	93,83	643,6
	Обед					
8/1	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	80	1,06	4,77	4,08	61,071
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	200	1,97	4,34	15,02	104,94
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
59/8	Сосиски отварные	90	8,42	13,57	0,72	158,7
8/11	Соус красный с луком и огурцами	50	0,51	2,27	3,64	36,121
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	2,98	34,11	183,94
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,599
-	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'	860	26,25	30,59	116,7	830,33
	Полдник					
	Пряники	40	2,36	1,88	30,84	146,7
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Бананы	150	2,25	0,75	34,05	143,25
	Итого за 'Полдник'	390	5,61	2,83	85,49	376,43
	Ужин					
-	Помидор	80	0,86	0,16	4,08	20,329
3/8	Мясо говядины, тушенное с овощами	200	15,72	15,66	21,87	289,17
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'	560	21,95	16,52	71,74	517,26
	Поздник					
-	Йогурт фруктово-ягодный	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		79,84	78,15	375,8	2484,2

Руководитель

Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

