

КОУ "Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ"

МЕНЮ интернат с 7-11 лет

23.09.2022 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	Завтрак					
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6,38	7,41	29,16	205,60568
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
	Джем	20	0,1	0	14,52	55,576
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,44	95,197032
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,9505
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,352
	Итого за 'Завтрак'	520	15,43	18,62	98,38	611,75
	Обед					
31/1	Салат из припущенной моркови и огурцов с растительным маслом	80	0,87	4,77	5,7	65,983798
19/2	Суп картофельный с рыбой	200	8,28	6,01	15,8	148,6672
42/8	Тефтели из мяса говядины	90	12,53	12,32	13,25	212,09022
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	4,4	26,49	159,10286
6/10	Компот из брусники	200	0,12	0,04	11,94	46,51568
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,9505
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,014
	Итого за 'Обед'	830	30,81	28,23	109,14	802,32
	Полдник					
23/12	Манник	60	3,91	4,62	34	190,16658
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Мандарины	200	1,6	0,4	18,8	81,2
	Итого за 'Полдник'	460	6,51	5,22	73,4	357,85
	Ужин					
20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	0,81	4,85	3,83	61,403037
12/8	Гуляш из мяса говядины	90	13,4	14,12	4,83	199,0503
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	2,98	34,11	183,94017
18/10	Кисель из ягод	200	0,11	0,04	26,96	105,54457
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,9505
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,014
	Итого за "	600	24,9	22,67	105,69	719,9
	Поздник					
-	Йогурт натуральный	125	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за Поздник	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		83,45	81,14	394,62	2608,42



Руководитель

Астапенко О.В

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ "Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ"

МЕНЮ интернат с 12 лет

23.09.2022г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	Завтрак					
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6,38	7,41	29,16	205,61
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
	Джем	20	0,1	0	14,52	55,576
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	17,78	22,56	114,08	718,56
31/1	Салат из припущенной моркови и огурцов с растительным маслом	100	1,09	5,96	7,13	82,48
19/2	Суп картофельный с рыбой	250	10,35	7,52	19,75	185,83
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	4,4	26,49	159,1
42/8	Тефтели из мяса говядины	100	13,92	13,69	14,73	235,66
6/10	Компот из брусники	200	0,12	0,04	11,94	46,516
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,73
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
	Итого за "	950	37,13	32,67	133,71	963,01
	Полдник					
23/12	Манник	60	3,91	4,62	34	190,17
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Мандарины	200	1,6	0,4	18,8	81,2
	Итого за 'Полдник'	460	6,51	5,22	73,4	357,85
20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	1,01	6,06	4,79	76,754
12/8	Гуляш из мяса говядины	100	14,89	15,69	5,37	221,17
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,57	40,93	220,73
18/10	Кисель из ягод	200	0,11	0,04	26,96	105,54
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,39	28,14	134,34
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,676
	Итого за "	660	27,65	26	114,53	797,21
	Поздник					
-	Йогурт натуральный	125	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за Поздник	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		94,87	92,84	443,73	2953,2



Руководитель

Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.