

КОУ "Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ"

МЕНЮ интернат с 12 лет

24.09.2022 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	Завтрак					
	Творожный десерт (мексиканский флан)	200	32,67	20	15,72	376,6703
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,1	63,48
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,37136
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,7307
-	Хлеб ржаной	55	3,63	0,66	22,94	106,359
	Итого за 'Завтрак'	560	45,62	36,9	97,17	898,71
	Обед					
38/1	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	100	1,34	5,95	19,82	130,643
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,83	3,01	9,27	68,4924
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,9936
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	100	14,37	11,82	6,41	190,0416
38/3	Рис припущенный с овощами	180	4,54	8,63	47,52	285,6325
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0,1	14,6	55,73501
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,7307
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
	Итого за 'Обед'	960	32,93	32,5	151,31	1011,96
	Полдник					
	Пряники	80	4,72	3,76	61,68	293,392
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Фрукты	200	0,8	0,8	23,2	97,36
	Итого за 'Полдник'	480	6,52	4,76	105,48	477,23
	Ужин					
-	Огурец свежий	100	0,78	0,1	3,43	15,6114
	Пельмени мясные	250	28,15	17,21	52,1	474,9597
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80223
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,676
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,39	28,14	134,3406
	Итого за 'Ужин'	630	34,3	17,96	101,85	701,39
	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		124,5	94	463,18	3158,81



Руководитель Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ "Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ"

МЕНЮ с 7-11лет

24.09.2022г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
Завтрак						
	Творожный десерт (мексиканский флан)	180	29,4	18	14,15	339,003
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,1	63,48
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,3714
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,951
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,352
Итого за 'Завтрак'		500	40	30,97	79,89	754,22
Обед						
38/1	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	80	1,07	4,76	15,86	104,514
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,47	2,41	7,42	54,7939
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,9936
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	90	12,94	10,64	5,77	171,037
38/3	Рис припущенный с овощами	150	3,78	7,19	39,6	238,027
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0,1	14,6	55,735
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,951
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,014
Итого за 'Обед'		810	27,46	27,71	119,21	822,07
Полдник						
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
	Пряники	60	2,36	1,88	30,84	146,696
-	Фрукты	200	0,6	0,6	17,4	73,02
Итого за 'Полдник'		390	3,96	2,68	68,84	306,2
Ужин						
-	Огурец свежий	80	0,63	0,08	2,74	12,4891
	Пельмени мясные	200	22,52	13,77	41,68	379,968
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,8022
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,014
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,951
Итого за 'Ужин'		560	28,52	14,56	90,22	600,22
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			105,06	77,79	365,54	2552,23



Руководитель

Астапенко О.В

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.