

КОУ "Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ"

МЕНЮ интернат с 7-11 лет

25.09.2022 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
Завтрак						
26/2	Суп молочный с крупой	250	8,86	10,55	26,06	232,5896
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80223
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,9505
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,014
Итого за 'Завтрак'		540	14,31	18,51	71,99	506,42
Обед						
21/1	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	80	0,7	4,81	3,21	57,71824
21/2	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	250/20	6,41	15,07	19,18	235,5382
4/7	Рыба, тушенная с овощами	100	12,36	8,26	4,95	141,266
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,5857
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,59892
-	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'		880	28,88	32,55	108,54	824,67
Полдник						
5\12	Ватрушка с творогом	80	4,72	3,76	61,68	293,392
38/10	Молоко кипяченое	200	5,81	6,41	9,42	117,4152
-	Яблоки	150	0,6	0,6	17,4	73,02
Итого за 'Полдник'		430	11,13	10,77	88,5	483,83
Ужин						
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	80	1,12	4,9	8,28	80,76824
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	200	12,53	12,93	12,84	215,4753
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,9505
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,676
Итого за 'Ужин'		550	19,28	18,6	73,52	533,35
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			78,72	82,31	349,93	2417,79



Руководитель Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ "Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ"

МЕНЮ интернат с 12лет

25.09.2022г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего		
Завтрак						
26/2	Суп молочный с крупой	250	8,86	10,55	26,06	232,59
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,8022
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,731
-	Хлеб ржаной	55	3,63	0,66	22,94	106,359
Итого за 'Завтрак'		590	17,32	22,56	91,86	632,58
Обед						
21/1	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	100	0,88	6,01	4,01	72,1478
21/2	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	250/20	6,41	15,07	19,18	235,538
4/7	Рыба, тушенная с овощами	120	14,83	9,91	5,94	169,519
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	4,4	26,49	159,103
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,5989
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,731
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
Итого за 'Обед'		990	34,79	36,51	132,47	977,33
Полдник						
5/12	Ватрушка с творогом	80	10,7	10,01	25,2	233,746
38/10	Молоко кипяченое	200	5,81	6,41	9,42	117,415
-	Яблоки	150	0,6	0,6	17,4	73,02
Итого за 'Полдник'		430	17,12	17,02	52,02	424,18
Ужин						
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	100	1,4	6,13	10,35	100,96
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	220	13,79	14,22	14,13	237,023
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,39	28,14	134,341
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,676
Итого за 'Ужин'		600	21,47	21,18	81,56	597,48
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			96,5	103,68	365,91	2748,17



Руководитель

Астапенко О.В

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.