

КОУ "Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ"

МЕНЮ интернат с 12 лет

27.09.2022 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
Завтрак						
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	4,99	6,51	26,42	182,825
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
	Джем	20	0,1	0	14,52	55,576
36/10	Какао с молоком	200	3,64	3,34	24,1	134,767
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,731
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
Итого за 'Завтрак'		555	16,78	21,79	118,91	725,68
Обед						
19/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,74	5,97	3,22	67,5418
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	2,32	5,89	15,4	120,642
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,9936
11/8	Сердце в молочном соусе	120	16,77	9,09	6,22	173,447
1/3	Картофель отварной	180	3,47	3,95	28,64	162,585
10/10	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,1896
-	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'		980	34,63	27,91	130,4	893,82
Полдник						
39/12	Колбасные, мясные изделия, запечённые в тесте	100	9,01	13,05	28,01	264,832
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,8022
-	Мандарины	150	1,2	0,3	14,1	60,9
Итого за 'Полдник'		450	10,29	13,37	51,94	363,53
-	Помидор	100	1,08	0,2	5,1	25,4114
2/9	Мясо кур отварное в соусе	100	11,64	11,19	2,44	156,812
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,33	8,19	54,78	319,112
-	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 "		660	29,34	20,41	119,39	760,83
Поздник						
-	Снежок	200	5,8	6,4	8	116,6
Итого за Поздник		200	5,8	6,4	8	116,6
Итого за день			96,85	89,88	428,64	2860,47

Руководитель

Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ "Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ"

МЕНЮ интернат с 7 лет

27.09.2022 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
Завтрак						
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	4,99	6,51	26,42	182,825
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
	Джем	10	0,05	0	7,26	27,788
36/10	Какао с молоком	200	3,64	3,34	24,1	134,767
-	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'		510	14,71	17,92	98,03	600,75
Обед						
19/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	80	0,59	4,77	2,58	54,0334
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,86	4,72	12,32	96,5138
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,9936
11/8	Сердце в молочном соусе	90	12,58	6,82	4,66	130,086
1/3	Картофель отварной	150	2,89	3,29	23,87	135,488
10/10	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	23,24	88,1896
-	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	26,61	22,24	102,63	702,27
Полдник						
39/12	Колбасные, мясные изделия, запечённые в тесте	80	7,21	10,44	22,4	211,866
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,8022
-	Мандарины	150	1,2	0,3	14,1	60,9
Итого за 'Полдник'		430	8,49	10,76	46,34	310,57
-	Помидор	80	0,86	0,16	4,08	20,3291
2/9	Мясо кур отварное в соусе	100	11,64	11,19	2,44	156,812
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,61	6,83	45,65	265,926
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,951
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,014
Итого за "		610	27,4	19,06	108,72	699,51
Поздник						
-	Снежок	200	5,8	6,4	8	116,6
Итого за Поздник		200	5,8	6,4	8	116,6
Итого за день			83	76,37	363,72	2429,69

Руководитель

Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.