

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ приходящие с 12 лет						
28.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	г	
	Завтрак					
2/6	Омлет запеченный или паровой	200	19,46	21,19	3,39	281,64
-	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	134,77
-	Батон	70	5,39	2,1	37,31	188,66
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
	Итого за 'Завтрак'	555	32,01	38,11	100,4	856,43
	Обед					
32/1	Салат из отварной свеклы с маслом	100	1,38	5,97	9,01	89,864
10/2	Рассольник домашний со сметаной	250	2,24	5,38	15,67	117,73
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
4/9	Плов из мяса	250	22,9	18,59	47,91	449,18
18/10	Кисель из ягод	200	0,11	0,04	26,96	105,54
-	Хлеб пшеничный	70	4,63	0,46	32,83	156,73
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
-	Фрукты	200	0,8	0,8	23,2	97,36
	Итого за 'Обед'	1130	38,04	33,75	176,4	1141,1
	Итого за день		70,04	71,87	276,8	1997,5



Руководитель

Астапенко О В

Шеф-повар

Хайруллина

Хайруллина Р.К.

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ приходящие с 7-11 лет						
28.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
2/6	Омлет запеченный или паровой	180	17,51	19,08	3,05	253,47
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
36/10	Какао с молоком	200	3,64	3,34	24,1	134,77
-	Джем	20	0,1	0	14,52	55,576
-	Батон	50	3,85	1,5	26,65	134,76
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,352
	Итого за 'Завтрак'	500	27,82	31,65	85,13	721,99
	Обед					
32/1	Салат из отварной свеклы с маслом	80	1,1	4,77	7,21	71,891
9/2	Рассольник со сметаной	200	1,44	4,26	10,71	85,172
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
4/9	Плов из мяса	200	18,32	14,87	38,33	359,34
18/10	Кисель из ягод	200	0,11	0,04	26,96	105,54
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,33	23,45	111,95
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,014
-	Апельсины	200	1,8	0,4	20,6	88,96
	Итого за 'Обед'	970	30,74	26,95	139,8	908,87
	Итого за день		58,56	58,6	224,9	1630,9

Руководитель



Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с 7-11 лет						
28.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего	воды, г	
	Завтрак					
2/6	Омлет запеченный или паровой	180	17,51	19,08	3,05	253,47
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
36/10	Какао с молоком	200	3,64	3,34	24,1	134,77
-	Джем	20	0,1	0	14,52	55,576
-	Батон	50	3,85	1,5	26,65	134,76
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,352
	Итого за 'Завтрак'	500	27,82	31,65	85,13	721,99
	Обед					
32/1	Салат из отварной свеклы с маслом	80	1,1	4,77	7,21	71,891
9/2	Рассольник со сметаной	200	1,44	4,26	10,71	85,172
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
4/9	Плов из мяса	200	18,32	14,87	38,33	359,34
18/10	Кисель из ягод	200	0,11	0,04	26,96	105,54
-	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'	770	28,94	26,55	119,2	819,91
	Полдник					
	Пряники	40	2,36	1,88	30,84	146,7
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Фрукт	200	1,8	0,4	20,6	88,96
	Итого за 'Полдник'	440	5,16	2,48	72,04	322,14
	Ужин					
19/1	Огурец соленый	80	0,59	4,77	2,58	54,033
3/8	Мясо говядины, тушенное с овощами	200	15,72	15,66	21,87	289,17
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	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	21,72	21,14	70,24	551,82
	Поздник					
-	Кисло-молочный напиток	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		89,44	88,22	354,6	2532,5



Руководитель

Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с 12 лет						
28.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего		
	Завтрак					
2/6	Омлет запеченный или паровой	200	19,46	21,19	3,39	281,64
-	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	134,77
-	Батон	70	5,39	2,1	37,31	188,66
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	20,85	96,69
	Итого за 'Завтрак'	555	32,01	38,11	100,4	856,43
	Обед					
32/1	Салат из отварной свеклы с маслом	100	1,38	5,97	9,01	89,864
10/2	Рассольник домашний со сметаной	250	2,24	5,38	15,67	117,73
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
4/9	Плов из мяса	250	22,9	18,59	47,91	449,18
18/10	Кисель из ягод	200	0,11	0,04	26,96	105,54
-	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'	930	37,24	32,95	153,2	1043,7
	Полдник					
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
	Пряники	40	2,36	1,88	30,84	146,7
-	Фрукты	200	0,8	0,8	23,2	97,36
	Итого за 'Полдник'	440	4,16	2,88	74,64	330,54
	Ужин					
-	Огурец соленый	100	0,78	0,1	2,45	14,004
3/8	Мясо говядины, тушенное с овощами	250	19,65	19,57	27,33	361,46
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	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	25,84	20,33	76,1	587,14
	Поздник					
-	Кисло-молочный напиток	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		105,1	100,67	412,3	2934,4



Руководитель

Астапенко О.В.

Шеф-повар

Хайруллина Р.К.