

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с 7-11 лет						
20.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал
			г всего	г всего	воды, г	
	Завтрак					
24/2	Суп молочный с лапшой	200	5,29	5,96	16,02	137,69
-	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,064
	Джем	20	0,1	0	14,52	55,576
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	Батон	50	3,85	1,5	26,65	134,76
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,68	77,352
	Итого за 'Завтрак'	520	12,08	15,22	83,84	510,1
	Обед					
21/1	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	80	0,7	4,81	3,21	57,718
3/2	Борщ с фасолью и сметаной	200	2,75	4,28	13,32	97,569
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
8/7	Рыба, запеченная в омлете	100	18,35	12,36	2,48	194,45
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59
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'	820	32,99	27,76	104	785,82
	Полдник					
7/12	Ватрушка с брусникой	80	5,57	6,88	38,94	237,67
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Фрукт (груша)	200	0,8	0,6	26,2	101,38
	Итого за 'Полдник'	480	7,37	7,68	85,74	425,53
	Ужин					
-	Огурец свежий	80	0,63	0,08	2,74	12,489
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	100	12,94	13,08	13,08	219,86
32/3	Рагу из овощей	150	2,5	3,98	17,35	110,4
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,802
-	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'	610	21,44	17,85	78,97	550,52
	Поздник					
-	Снежок (кисломолочный продукт)	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		79,68	74,91	360,6	2388,6



Руководитель

[Signature]

Астапенко О.В.

Шеф-повар

[Signature]

Хайруллина Р.К.

КОУ " Леушинская школа-интернат для обучающихся с ОВЗ "						
МЕНЮ интернат с 12 лет						
20.09.2022г						
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
24/2	Суп молочный с лапшой	250	5,33	6,04	17,96	146,29
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,096
	Джем	20	0,1	0	14,52	55,576
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	9,83	38,66
-	Батон	70	5,39	2,1	37,31	188,66
-	Хлеб ржаной	55	3,63	0,66	22,94	106,36
	Итого за 'Завтрак'	610	14,69	19,7	102,8	634,64
	Обед					
21/1	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	100	0,88	6,01	4,01	72,148
3/2	Борщ с фасолью и сметаной	250	3,44	5,35	16,65	121,96
-	Мясо говядины отварное	10	2,68	1,92	0	27,994
8/7	Горбуша запеченная в омлете	120	22,03	14,83	2,97	233,34
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	4,4	26,49	159,1
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'	980	40,79	33,61	130,8	973,51
	Полдник					
7/12	Ватрушка с брусникой	80	5,91	5,92	49,15	269,34
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48
-	Фрукт	200	0,8	0,6	26,2	101,38
	Итого за 'Полдник'	480	7,71	6,72	95,95	457,2
	Ужин					
-	Огурец свежий	100	0,78	0,1	3,43	15,611
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	120	15,53	15,7	15,7	263,84
32/3	Рагу из овощей	180	3	4,77	20,81	132,48
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,802
-	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'	680	24,68	21,23	86,26	622,75
	Поздник					
-	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за 'Поздник'	200	5,8	6,4	8	116,6
	Итого за день		93,67	87,66	423,7	2804,7



Руководитель

[Signature]

Астапенко О В

Шеф-повар

[Signature]

Хайруллина Р.К.