

Утверждаю  
 1 Директор ГБОУ Белебеевская КШ  
 для слабовидящих обучающихся



А.В.Игнатъева

Меню на « 08 » апреля 2024г

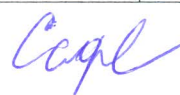
**Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>	Биточки мясные с томатным соусом , каша пшенная рассыпчатая	200	475	18	20	56
	Чай витаминизированный	250	34	0	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	44	78	2	0	16
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>587</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>81</b>
<b>Обед</b>	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	148	2	11	11
	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	170	12	10	5
	Макаронные изделия отварные с маслом	140	282	11	7	47
	Компот из яблок с лимоном	200	104	0	0	25
	Хлеб пшеничный витаминный	44	52	1	0	11
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	36	66	2	0	14
	<b>Итого за обед</b>		<b>822</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>113</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1409</b>	<b>48</b>	<b>48</b>	<b>194</b>

**Возрастная категория: с 3 лет до 7 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>	Каша овсяная молочная жидкая	220	309,20	10,58	11,73	38,64
	Какао с молоком	180	88,17	2,80	2,79	13,57
	Яйцо вареное	40	59	5	4	0
	Хлеб пшеничный витаминный с сыром	27/10	53,90	1,54	0,60	10,02
	<b>Итого за прием</b>					
<b>II завтрак</b>	Яблоко	1 шт	97,13	4,83	5,33	6,66
	<b>Итого за прием</b>		<b>97,13</b>	<b>4,83</b>	<b>5,33</b>	<b>6,66</b>
<b>Обед</b>	Салат «Здоровье»	50	33,31	0,75	0,06	6,97
	Щи с капустой и картофелем со сметаной и мясом	180/20	73,81	1,38	3,47	8,63
	Птица, тушеная с овощами	200	374	19	17	33
	Напиток яблочный	180	16,0	0,14	0,13	3,21
	Хлеб пшеничный витаминный	27	73,65	2,37	0,30	14,49
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	54	96,69	3,30	0,60	16,70
	<b>Итого за прием</b>		<b>667,47</b>	<b>27,14</b>	<b>22,05</b>	<b>82,87</b>
<b>Полдник</b>	Молоко витаминное	180	97,13	4,83	5,33	6,66
	Плюшка новомосковская	70	166,71	4,50	1,08	33,91
	<b>Итого за прием</b>		<b>235,89</b>	<b>5,30</b>	<b>1,24</b>	<b>50,07</b>
<b>Ужин</b>	Каша гречневая	140	299,87	15,56	14,26	25,38
	Чай с сахаром	180	41,07	1,32	1,29	6,30
	Хлеб пшеничный витаминный	27	73,65	2,37	0,30	14,49
	<b>Итого за прием</b>		<b>447,58</b>	<b>19,97</b>	<b>17,14</b>	<b>50,28</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1448,07</b>	<b>57,24</b>	<b>45,76</b>	<b>189,88</b>

Медсестра



/С.П.Сафиуллина