

Утверждаю
 Директор ГБОУ Белебеевская КШ
 для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 02 » апреля 2024г

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак реп. 202/221 реп.274	Тефтели из говядины, каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	200	395	15	17	46
	Чай витаминный	200	34	0	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	44	78	2	0	17
	Йогурт 3,2%	100	80	3	3	9
	Итого за завтрак		587	20	20	81
Обед реп.23 реп.42 реп.181 реп.284	Салат из свеклы с растительным маслом	100	75	1	5	10
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	150	5	11	32
	Жаркое по-домашнему	240	375	19	12	21
	Компот из яблок с лимоном	200	284	0	0	25
	Хлеб пшеничный витаминный	20	52	1	0	11
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	30	66	2	0	14
	Итого за обед		822	28	28	113
Итого за день		1409	48	48	194	

Возрастная категория: с 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Каша манная молочная жидкая	220	263	9	10	35
	Какао с молоком	180	130	3	3	23
	Хлеб пшеничный витаминный с сыром	27/10	89	4	3	10
	Итого за прием		482	16	16	67
II завтрак	Сок фруктовый	200	69	1	0	16
	Итого за прием		69	1	0	16
Обед	Салат из свеклы	60	51	1	3	4
	Рассольник со сметаной и мясом	200/13	153	8	7	15
	Жаркое по-домашнему	220	375	19	12	21
	Компот из сухофруктов	180	75	1	0	16
	Хлеб пшеничный витаминный	27	86	3	0	17
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	54	97	3	1	17
	Итого за прием		715	27	23	91
Полдник	Молоко витаминное	180	95	5	5	8
	Пирожки печеные с яблоком	80	262	6	8	40
	Итого за прием		357	11	13	48
Ужин	Запеканка из творога	140	375	25	20	24
	Чай с сахаром	180	37	0	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	27	86	3	0	17
	Итого за прием		498	28	20	50
	Итого за день		2121	83	72	272

Медсестра

Садя

/С.Р.Сафиуллина