

Утверждаю

Директор ГБОУ Белебеевская КШ  
для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 05 » апреля \* 2024г

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>						
рец.102	Каша «Дружба»	155	288	12	7	45
рец.283	Чай с сахаром	200	40	0	0	10
<b>I</b>	Хлеб пшеничный витаминный с маслом и сыром	50	179	5	10	17
	Йогурт 3,2% «Биоид»	100	80	3	3	9
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>505</b>	<b>587</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>81</b>
<b>Обед</b>						
рец.63	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	199	8	4	32
рец.209	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	90	167	10	11	7
рец.225	Рис припущенный	150	277	7	13	34
рец.282	Компот из свежих плодов	200	61	0	0	15
	Хлеб пшеничный витаминный	20	52	1	0	11
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	30	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>					

Возрастная категория: с 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>						
рец.78	Каша «Дружба»	220	288	12	7	45
рец.302	Кофейный напиток с молоком	180	65	2	2	9
рец.2	Хлеб пшеничный витаминный с сыром	27/10	108	3	6	9
	<b>Итого за прием</b>		<b>520</b>	<b>22</b>	<b>19</b>	<b>63</b>
<b>II завтрак</b>						
	Напиток «Витоша»	200	62	0	0	13
	<b>Итого за прием</b>		<b>62</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>13</b>
<b>Обед</b>						
рец.44	Винегрет овощной	50	65	1	5	4
рец.60	Суп картофельный с бобовыми и мясом	200	199	8	4	32
рец.82	Рыба, тушеная в томате с овощами	130	66	1	5	4
рец.146	Картофель отварной	120	91	2	0	18
рец.311	Напиток лимонный	200	35	1	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	27	61	2	0	12
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	40	77	3	0	13
	<b>Итого за прием</b>		<b>640</b>	<b>26</b>	<b>18</b>	<b>87</b>
<b>Полдник</b>						
	Молоко витаминное	180	74	1	0	17
	Шанежка наливная	70	110	2	4	17
	<b>Итого за прием</b>		<b>184</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>34</b>
<b>Ужин</b>						
рец.148	Рожки отварные, запеченные с яйцом	150	103	2	3	15
рец.314	Чай с сахаром	180	56	0	0	14
	Хлеб пшеничный витаминный	27	49	2	0	10
	<b>Итого за прием</b>		<b>208</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>39</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>1614</b>	<b>55</b>	<b>44</b>	<b>236</b>

Медсестра

/С.П.Сафиуллина

*Саф*