

Утверждаю

Директор ГБОУ Белебеевская КШ
для слабовидящих обучающихся



А.В.Игнатьева

Меню на « 11 » апреля 2024г

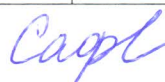
Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Запеканка из творога с повидлом	200	373	17	18	37
	Чай с молоком	200	89	1	2	17
	Хлеб пшеничный витаминный	30	78	2	0	17
	Яблоко	1 шт	47	0	0	10
	Итого за завтрак		587	20	20	81
Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	111	2	7	11
	Котлета из говядины с овощами	90	249	14	16	13
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	155	264	9	5	45
	Компот из смеси сухофруктов	200	80	0	0	19
	Хлеб пшеничный витаминный	20	52	1,3	0,2	11
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	30	66	2,4	0,3	13,8
	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 рисовая молочная жидкая	220	116	4	5	15
	Какао с молоком	180	104	3	3	17
	Хлеб пшеничный витаминный с маслом	27/5	129	2	9	10
	Итого за прием		349	9	14	42
	Яблоко	1 шт	122	2	1	27
Итого за прием		122	2	1	27	
Обед	Помидоры свежие	60	51	1	3	5
	Щи из свежей капусты со сметаной	180/20	153	9	9	7
	Котлета рыбная	60	121	4	7	9
	Картофель припущенный	150	114	3	0	23
	Компот из свежих яблок	180	37	0	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	27	74	2	0	14
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	40	77	3	0	13
	Итого за прием		627	22	19	80
Полдник	Булочка домашняя	60	360	10	10	55
	Кефир с сахаром	180	101	5	6	7
	Итого за прием		461	15	16	62
Ужин	Сырники из творога	150	562	33	26	50
	Чай с сахаром	180	35	1	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	27	77	3	0	13
	Итого за прием		297	7	3	56
	Итого за день		1856	55	53	267

Медсестра



/С.П.Сафиуллина