

Утверждаю
 Директор ТБОУ Белебеевская КШ
 для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 12 » апреля 2024г
 Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	200/5	282	10	10	39	
	Чай витаминизированный	200	34	0	0	9	
	Хлеб пшеничный витаминный с сыром	44	133	5	5	16	
	Йогурт «Биойод» 3,2%	100	80	3	3	9	
	Итого за завтрак		529	18	18	73	
Обед	Суп – лапша домашняя	250	191	9	7	24	
	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	90	167	10	11	7	
	Картофельное пюре	200	214	4	8	31	
	Компот из черной смородины	200	74	0	0	18	
	Хлеб пшеничный витаминный	20	52	1	0	11	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	30	66	2	0	14	
		Итого за обед		764	26	26	105
		Итого за день					

Возрастная категория: с 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	220	285	10	10	38
	Кофейный напиток с молоком	180	79	3	3	11
	Хлеб пшеничный витаминный с сыром	27/10	87	4	3	10
	Итого за прием		451	17	16	59
II завтрак	Сок фруктовый	200	74	1	0	17
	Итого за прием		74	1	0	17
Обед	Винегрет овощной	50	65	1	5	4
	Суп – лапша домашняя	200	191	9	7	24
	Рагу из овощей с мясом	200	268	12	14	21
	Напиток лимонный	200	35	1	0	12
	Хлеб пшеничный витаминный	27	49	2	0	10
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	40	77	3	0	13
		Итого за прием		685	28	26
Полдник	Печенье домашнее	60	110	2	4	17
	Молоко витаминное	170	28	0	0	7
	Итого за прием		138	2	4	24
Ужин	Помидоры свежие	50	10	1	0	2
	Картофельное пюре	150	173	7	5	23
	Чай с сахаром	180	95	1	0	22
	Хлеб пшеничный витаминный	27	74	2	0	14
	Итого за прием		352	11	5	61
	Итого за день		1700	59	51	245

Медсестра

Сафл

/С.Р.Сафиуллина