

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Белебеевская КШ  
 для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 23 » апреля 2024г  
 Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>	Омлет с зеленым горошком	155	256	12	7	31
	Чай с сахаром и лимоном	200/7	62	0	0	15
	Хлеб пшеничный витаминный с маслом сливочным	44	131	3	8	18
	Йогурт 3,2% «Биойод»	100	80	3	3	9
	<b>Итого за завтрак</b>					
<b>Обед</b>	Винегрет овощной	100	129	1	10	8
	Суп картофельный с клецками	200	100	3	3	15
	Плов из мяса птицы	240	401	19	13	23
	Кисель витаминизированный	200	16	0	0	4
	Хлеб пшеничный витаминный	20	52	1,3	0,2	11
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	30	66	2,4	0,3	13,6
	<b>Итого за обед</b>					
	<b>Итого за день</b>		<b>1293</b>	<b>44</b>	<b>44</b>	<b>178</b>

Возрастная категория: с 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>	Каша манная молочная жидкая	220	263,19	8,94	9,70	34,52
	Чай с молоком	180	106,94	2,79	2,87	17,92
	Хлеб пшеничный витаминный с маслом	27/5	107,81	3,49	6,07	9,13
	<b>Итого за прием</b>		<b>477,94</b>	<b>15,22</b>	<b>18,64</b>	<b>61,57</b>
<b>II завтрак</b>	Сок фруктовый	200	121,91	1,76	0,49	27,30
	<b>Итого за прием</b>		<b>121,91</b>	<b>1,76</b>	<b>0,49</b>	<b>27,30</b>
<b>Обед</b>	Икра морковная	60	67,81	1,39	4,29	5,18
	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом	180/20	100	3	3	15
	Капуста тушеная с мясом	200	371,79	21,96	22,17	19,84
	Напиток из плодов шиповника	200	66,57	0,49	0,06	16,61
	Хлеб пшеничный витаминный	27	61,38	1,98	0,258	12,08
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	54	77,35	2,64	0,48	13,36
	<b>Итого за прием</b>		<b>699,25</b>	<b>29,77</b>	<b>27,468</b>	<b>77,95</b>
<b>Полдник</b>	Молоко витаминное	170	95	5	5	8
	Булочка домашняя	80	262	6	8	40
	<b>Итого за прием</b>		<b>357</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	<b>48</b>
<b>уплотнен.</b>	Вареники ленивые	170	375	25	20	24
	Чай с лимоном	180	107	3	3	18
	Хлеб пшеничный	27	61	2	0	12
	<b>Итого за прием</b>		<b>543</b>	<b>30</b>	<b>23</b>	<b>64</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>2199</b>	<b>87,75</b>	<b>82,60</b>	<b>278,82</b>

Медсестра

*Сафур*

/С.Р.Сафиуллина