

Утверждаю

Директор ГБОУ Белебеевская КШ
для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 24 » апреля 2024г

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Котлеты припущенные из мяса птицы с томатным соусом, макаронные изделия отварные с маслом	200	248	10	10	32
	Кофейный напиток с молоком	250	89	1	2	17
	Хлеб пшеничный витаминный с сыром	50	133	5	4	16
	Итого за завтрак		470	16	16	65
Обед	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	199	8	4	32
	Мясо тушеное (говядина)	90	137	9	12	3
	Картофель отварной	150	216	4	8	28
	Чай с сахаром	200	35	0	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	20	52	1	0	11
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	30	66	2	0	14
	Итого за обед		705	24	24	97
	Итого за день		1175	40	40	162

Возрастная категория: с 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	220	296	10	10	39
	Кофейный напиток с молоком	180	79	3	3	11
	Хлеб пшеничный витаминный с маслом	27/5	129	2	9	10
	Итого за прием		504	15	22	60
II завтрак	Бананы	1 шт	195	3	0	45
	Итого за прием		195	3	0	45
Обед	Помидоры свежие	70	14	1	0	3
	Суп картофельный с рыбой	180	118	5	4	14
	Голубцы ленивые	200	256	18	14	1
	Компот из сухофруктов	180	67	0	0	16
	Хлеб пшеничный витаминный	30	74	2	0	14
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	40	97	3	1	17
	Итого за прием		626	29	19	65
Полдник	Ватрушка с повидлом	80	198	4	2	40
	Молоко витаминное	180	95	5	5	8
	Итого за прием		293	9	7	48
Ужин	Омлет натуральный	160	474	18	25	3
	Чай с сахаром	180	56	0	0	14
	Хлеб пшеничный витаминный	27	74	2	0	22
	Итого за прием		604	20	25	39
	Итого за день		2222	76	73	257

Медсестра

Саф

/С.Р.Сафиуллина