

Утверждаю
 Директор ГБОУ Белебеевская КШ
 для слабовидящих обучающихся



А.В.Игнатъева

Меню на « 26 » 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 маслом	45	133	5	5	16
	Йогурт с персиком 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
	Кисель витаминизированный	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	65
	Итого за день					

Возрастная категория: с 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	220	285	10	10	38
	Кофейный напиток с молоком	180	79	3	3	11
	Хлеб пшеничный витаминный с маслом	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	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180/20	150	9	6	13
	Рагу овощное с мясом	200	66	1	5	4
	Напиток лимонный	180	37	0	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	27	49	2	0	10
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	54	97	3	1	17
	Итого за прием		555	18	18	74
	Полдник	Плюшка	60	110	2	4
Молоко витаминное		170	28	0	0	7
Итого за прием			138	2	4	24
Ужин		Винегрет овощной	50	65	1	5
	Картофельное пюре	150	173	7	5	23
	Чай витаминный	180	95	1	0	22
	Хлеб пшеничный витаминный	27	74	2	0	14
	Итого за прием		575	22	18	75
	Итого за день		1793	60	56	249

Медсестра

Сафл

/С.Р.Сафиуллина