

Утверждаю
 Директор ГБОУ Велебеевская КШ
 для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 06 » мая 2024г
 Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | ЭЦ ккал | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|------------------------------------|-------------|---------|-------------|-----------|-----------|------------|
| завтрак | Фрикадельки из говядины | 70 | 153,79 | 10,68 | 9,97 | 5,33 | |
| | Каша гречневая рассыпчатая с луком | 130 | 268,50 | 8,7 | 9,20 | 37,3 | |
| | Чай витаминный | 200 | 61,62 | 0,07 | 0,01 | 16,31 | |
| | Хлеб пшеничный витаминный | 44 | 73 | 2 | 0,3 | 14,6 | |
| | Сыр (порциями) | 10 | 35,56 | 2,60 | 2,65 | 0,35 | |
| | Итого за завтрак | | | 529 | 18 | 18 | 73 |
| Обед | Икра овощная | 60 | 70 | 1 | 5 | 5 | |
| | Свекольник со сметаной | 250/8 | 104 | 8 | 11 | 10 | |
| | Тефтели рыбные с томатным соусом | 90 | 121 | 9 | 5 | 9 | |
| | Картофельное пюре | 150 | 176 | 4 | 5 | 29 | |
| | Компот из консервированных плодов | 200 | 174 | 1 | 0 | 27 | |
| | Хлеб пшеничный витаминный | 44 | 52 | 1,3 | 0,2 | 11 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный витаминный | 44 | 66 | 2,4 | 0,3 | 13,6 | |
| | Итого за обед | | | 763 | 26 | 26 | 105 |
| | Итого за день | | | 1292 | 44 | 44 | 178 |

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 | 258,32 | 7,69 | 9,51 | 34,9 | |
| | Какао с молоком | 180 | 104,15 | 2,73 | 2,80 | 17,44 | |
| | Хлеб пшеничный витаминный с маслом | 27/5 | 113,7 | 1,58 | 7,20 | 10,08 | |
| | Итого за прием | | | 476,18 | 11,99 | 19,50 | 62,43 |
| II завтрак | Бананы | 1 шт | 73,51 | 0,85 | 0,17 | 17,17 | |
| | Итого за прием | | | 73,51 | 0,85 | 0,17 | 17,17 |
| Обед | Щи из свежей капусты со сметаной | 200 | 152,88 | 9,13 | 9,44 | 6,98 | |
| | Котлета рыбная | 60 | 121 | 4 | 7 | 9 | |
| | Картофель отварной | 140 | 114 | 3 | 0 | 22 | |
| | Напиток лимонный | 180 | 36,71 | 0,14 | 0,13 | 8,66 | |
| | Хлеб пшеничный витаминный | 27 | 73,65 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный витаминный | 54 | 77,35 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | |
| | Итого за прием | | | 575,59 | 21,28 | 17,35 | 74,49 |
| Полдник | Молоко витаминное | 180 | 180,81 | 5,59 | 5,88 | 27,00 | |
| | Булочка домашняя | 60 | 86 | 1 | 1 | 19 | |
| | Итого за прием | | | 266,81 | 6,69 | 6,88 | 46 |
| Ужин | Сырники из творога | 150 | 562 | 33 | 26 | 50 | |
| | Чай с сахаром | 180 | 74,58 | 0,60 | 0,25 | 15,53 | |
| | Хлеб пшеничный витаминный | 14 | 31,38 | 1 | 0 | 6,08 | |
| | Итого за прием | | | 667,96 | 33,6 | 26,25 | 71,61 |
| | Итого за день | | | 2060,05 | 74,41 | 70,15 | 271,7 |

Медсестра

Сафр

/С.П.Сафиуллина