

Утверждаю
 Директор ГБОУ Белебеевская КШ
 для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 07 » мая 2024г

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	реп.102 Каша «Дружба»	155	288	12	7	45
	реп.283 Чай с сахаром	200	40	0	0	10
I	Хлеб пшеничный витаминный с маслом и сыром	50	179	5	10	17
	Йогурт 3,2% с персиком	100	80	3	3	9
	Итого за завтрак	505	587	20	20	81
	Обед	реп.63 Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	199	8	4
реп.209	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	90	167	10	11	7
реп.225	Рис припущенный	150	277	7	13	34
реп.282	Компот из свежих плодов	200	61	0	0	15
	Хлеб пшеничный витаминный	20	52	1	0	11
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	30	66	2	0	14
	Итого за обед		822	28	28	113
	Итого за день					

Возрастная категория: с 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	реп.78 Каша молочная «Дружба»	200	288	12	7	45
	Яйцо вареное	40	59	5	4	0
	реп.302 Кофейный напиток с молоком	180	65	2	2	9
реп.2	Хлеб пшеничный витаминный с сыром и маслом	27/10	108	3	6	9
	Итого за прием		520	22	19	63
II завтрак	Сок фруктовый	200	62	0	0	13
	Итого за прием		62	0	0	13
Обед	реп.60 Суп картофельный с бобовыми	180	199	8	4	32
	реп.146 Рагу овощное с мясом	200	268	12	14	20
	реп.311 Напиток лимонный	200	35	1	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	27	61	2	0	12
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	55	77	3	0	13
	Итого за прием		640	26	18	86
Полдник	Молоко витаминное	180	74	1	0	17
	Печенье домашнее	50	110	2	4	17
	Итого за прием		184	3	4	34
Ужин	Винегрет овощной	50	65	1	5	4
	реп.148 Картофельное пюре	150	103	2	3	15
	реп.314 Чай с сахаром	180	56	0	0	14
	Хлеб пшеничный витаминный	14	49	2	0	10
	Итого за прием		273	51	8	43
	Итого за день		1679	102	49	239

Медсестра

Сафр

/С.Р.Сафиуллина