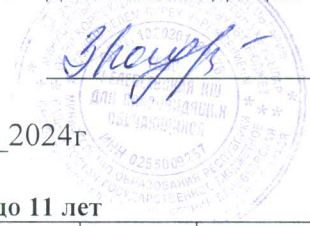


Утверждаю
 1/ Директор ГБОУ Белебеевская КШ
 для слабовидящих обучающихся



А.В.Игнатъева

Меню на « 15 » мая 2024г

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Запеканка из творога с повидлом	200	373	17	18	37
	Чай с молоком	200	89	1	2	17
	Хлеб пшеничный витаминный	30	78	2	0	17
	Итого за завтрак		587	20	20	81
Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	111	2	7	11
	Котлета из говядины с овощами	90	249	14	16	13
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	155	264	9	5	45
	Компот из смеси сухофруктов	200	80	0	0	19
	Хлеб пшеничный витаминный	20	52	1,3	0,2	11
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	30	66	2,4	0,3	13,8
	Итого за обед		822	28	28	113
	Итого за день		1409	48	48	194

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	116	4	5	15
	Кофейный напиток с молоком	180	104	3	3	17
	Хлеб пшеничный витаминный с сыром	38/10	129	2	9	10
	Итого за прием		349	9	14	42
	Бананы	1 шт	122	2	1	27
	Итого за прием		122	2	1	27
Обед	Салат из свежих помидор	70	51	1	3	5
	Борщ из свежей капусты с картофелем	180	141	8	7	12
	Фрикадельки мясные	70	121	4	7	9
	Каша гречневая	130	114	3	1	23
	Компот из свежих плодов	180	71	0	0	18
	Хлеб пшеничный витаминный	38	77	3	0	13
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	58	115	4	2	22
	Итого за прием		690	23	19	102
Полдник	Молоко витаминное	180	140	6	6	16
	Шанежка наливная	60	147	4	4	24
	Итого за прием		287	10	10	40
Ужин	Омлет натуральный	170	562	33	26	50
	Чай с сахаром	180	35	1	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	19	77	3	0	13
	Итого за прием		297	7	3	56
	Итого за день		1745	51	47	267

Медсестра

Сафил

/С.Р.Сафиуллина