

Утверждаю
 Директор ГБОУ Белебеевская КШ
 для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 17 » мая 2024г

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Макаронные изделия с сыром	160	126	10	5	12
	Какао с молоком	200	153	4	4	26
	Хлеб пшеничный витаминный с маслом	40	144	2	7	17
	Яблоко	1 шт	47	0	0	10
	Итого за завтрак		470	16	16	65
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	175	10	7	19
	Рагу из птицы	240	301	11	17	27
	Напиток из апельсинов и яблоком	200	111	0	0	26
	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	309	11	12	39
	Кофейный напиток на молоке	180	88	3	3	14
	Хлеб пшеничный витаминный с сыром	48	54	2	1	10
	Итого за прием		511	21	20	63
II завтрак	Сок фруктовый	200	67	1	0	14
	Итого за прием		67	1	0	14
Обед	Винегрет овощной	60	43	1	2	4
	Суп картофельный с горохом и мясом	180	165	9	9	12
	Рыба, тушеная с овощами	130	165	14	11	3
	Картофель отварной с маслом	120	209	6	6	30
	Компот из свежих плодов	180	32	1	1	8
	Хлеб пшеничный витаминный	38	49	2	0	10
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	54	77	3	0	13
	Итого за прием		667	27	29	74
Полдник	Печенье домашнее	50	167	5	1	34
	Молоко витаминное	180	318	6	8	54
	Итого за прием		485	11	9	88
Ужин	Каша гречневая с маслом	130	126	10	5	12
	Чай с сахаром	180	104	3	3	17
	Хлеб пшеничный витаминный	19	49	1	0	10
	Итого за прием		279	14	8	39
	Итого за день		1842	69	65	244

Медсестра

Сафл

/С.Р.Сафиуллина