

Утверждаю
 Директор ГБОУ Белебеевская КШ
 для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 20 » мая 2024г
 Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак реп. 202/221 реп.274	Тефтели из говядины, каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	200	395	15	17	46
	Чай витаминный	200	34	0	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	44	78	2	0	17
	Йогурт 3,2% с персиком	100	80	3	3	9
	Итого за завтрак		587	20	20	81
Обед реп.23 реп.42 реп.181 реп.284	Салат из свеклы с растительным маслом	100	75	1	5	10
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	150	5	11	32
	Жаркое по-домашнему	240	375	19	12	21
	Компот из яблок с лимоном	200	284	0	0	25
	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		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 овсяная молочная жидкая	220	263	9	10	35
	Какао с молоком	180	130	3	3	23
	Хлеб пшеничный витаминный с сыром	38/10	89	4	3	10
	Итого за прием		482	16	16	67
II завтрак	Бананы	1 шт	69	1	0	16
	Итого за прием		69	1	0	16
Обед	Салат «Здоровье»	50	51	1	3	4
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	54	1	0	11
	Птица, тушеная с овощами	240	375	19	12	21
	Напиток яблочный	180	75	1	0	16
	Хлеб пшеничный витаминный	38	86	3	0	17
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	57	97	3	1	17
	Итого за прием		738	28	16	86
Полдник	Молоко витаминное	180	95	5	5	8
	Плюшка новомосковская	70	262	6	8	40
	Итого за прием		357	11	13	48
Ужин	Картофельное пюре	150	375	25	20	24
	Чай с сахаром	180	37	0	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	19	86	3	0	17
	Итого за прием		498	28	20	50
	Итого за день		2144	84	65	267

Медсестра

Саф

/С.Р.Сафиуллина