

Утверждаю
 Директор ГБОУ Белебеевская КШ
 для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 22 » 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 пшеничная молочная жидкая	220	258	8	10	35
	Кофейный напиток на молоке	180	104	3	3	17
	Хлеб пшеничный витаминный с маслом	27/5	114	1	7	11
	Итого за прием			476	12	20
II завтрак	Бананы	1 шт	74	1	0	17
	Итого за прием			74	1	0
Обед	Салат из свеклы с растительным маслом	50	58	1	4	4
	Уха с крупой	180	153	9	9	7
	Голубцы ленивые	200	256	18	13	14
	Компот из смеси сухофруктов	180	67	0	0	16
	Хлеб пшеничный витаминный	30	74	2	0	14
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	50	77	3	0	13
	Итого за прием			685	33	26
Полдник	Молоко витаминное	180	181	5	6	27
	Плюшка новомосковская	60	86	1	1	19
	Итого за прием			267	6	46
Ужин	Омлет натуральный	150	562	33	26	50
	Чай с сахаром	180	74	1	0	16
	Хлеб пшеничный витаминный	14	31	1	0	6
	Итого за прием			667	35	26
Итого за день			2169	87	79	265

Медсестра

Сафл

/С.П.Сафиуллина