

Утверждаю
 Директор ГБОУ Белебеевская КШ
 для слабовидящих обучающихся

А.В.Игнатьева

Меню на « 24 » мая 2024г

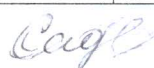
Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Биточки мясные с томатным соусом , каша пшениная рассыпчатая	200	475	18	20	56
	Чай витаминизированный	250	34	0	0	9
	Хлеб пшеничный витаминный	44	78	2	0	16
	Итого за завтрак		587	20	20	81
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	148	2	11	11
	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	170	12	10	5
	Макаронные изделия отварные с маслом	140	282	11	7	47
	Компот из яблок с лимоном	200	104	0	0	25
	Хлеб пшеничный витаминный	44	52	1	0	11
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	36	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	Суп молочный с макаронными изделиями	220	309,20	10,58	11,73	38,64
	Кофейный напиток с молоком	180	88,17	2,80	2,79	13,57
	Хлеб пшеничный витаминный с маслом и сыром	35/5/10	53,90	1,54	0,60	10,02
	Итого за прием		451,27	14,92	15,12	62,23
II завтрак	Напиток витаминный	200	97,13	4,83	5,33	6,66
	Итого за прием		97,13	4,83	5,33	6,66
Обед	Винегрет овощной	60	33,31	0,75	0,06	6,97
	Щи с капустой и картофелем со сметаной	180	73,81	1,38	3,47	8,63
	Рагу овощное с мясом	200	170	12	10	5
	Напиток лимонный	200	16,0	0,14	0,13	3,21
	Хлеб пшеничный витаминный	35	73,65	2,37	0,30	14,49
	Хлеб ржано-пшеничный витаминный	53	96,69	3,30	0,60	16,70
	Итого за прием		463,46	19,94	14,56	55
	полдник	Молоко витаминное	200	95	5	5
Булочка домашняя		60	262	6	8	40
Итого за прием			357	11	13	48
ужин	Помидоры свежие	60	33,31	0,75	0,06	6,97
	Рыба, тушеная в томате с овощами	150	170	12	10	5
	Чай с сахаром	180	56	0	0	14
	Хлеб пшеничный витаминный	17	49	2	0	10
	Итого за прием		308,31	14,75	10,06	35,97
Итого за день		1677,17	65,44	58,07	207,86	

Медсестра



/С.П.Сафиуллина