

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГКОУ «Специальная
(коррекционная) общеобразовательная
школа-интернат № 27 г. Пятигорска
2024 г.

Н.Ю. Чумаченко

МЕНЮ

Неделя первая, день четвертый

Возраст 7-11 лет

«21» ноября 2024

Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак		Масло сливочное крестьянское 72,5% жирности (порциями)	10	0,1	8	0,1	72,6
		Омлет натуральный	106/10	10,8	20,9	2,1	239,9
	гор.блюдо	Макаронаты отварные с сыром	150/30/7	12,4	14,8	36,0	328,8
	гор.напиток	Какао с молоком	200	3,8	3	24,4	141
	хлеб	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	4	0,5	24,2	117,5
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0	8,3	41
		<i>итого</i>			32,4	47,2	95,1
Завтрак 2	булочное	Печенье промышленного производства	25	1,8	2,3	17,7	98,7
	напиток	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	1,0	0,2	19,6	83,4
		<i>итого</i>		2,8	2,5	37,3	182,1
Обед	закуска	Огурцы натуральные маринованные с маслом растительным	60/3	0,3	3,1	0,8	33,1
	1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми	250	5,7	5,4	18,9	147,2
	2 блюдо	Птица, тушеная в соусе	90/50	25,4	27,0	3,5	359,8
	гарнир	Капуста тушеная	150	3,7	4,4	15,2	117,2
	напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	14,5	58,1
	хлеб	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,0	16,6	82,0
		<i>итого</i>		42,4	40,5	98,5	938,4
Полдник	фрукты	Фрукты свежие (яблоки) калиброванные	200	0,8	0,8	19,6	94,0
	булочное	Батончик "Зебра" промышл. производства	150	9,5	11,7	75,6	366,6
		<i>итого</i>	150	10,3	12,5	95,2	460,6
Ужин	закуска	Горошек консервированный отварной	60/3	1,8	2,5	3,8	45,0
	гор.блюдо	Рыба, тушеная в томате с овощами	90/50	1,2	8,8	8,9	120,9
	гарнир	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	21,4	145,7
	гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,2	0	14,9	61,6
	хлеб	Хлеб пшеничный 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,0	8,3	41,0
		<i>итого</i>		10,8	16,9	76,6	508,2
Ужин 2	кисломол.	Йогурт фруктово-ягодный 2,5% жирности	200/1	5,4	4,9	8,7	109,6
		<i>итого</i>		5,4	4,9	8,7	109,6
Итого за день:				104,1	124,5	411,4	3139,7

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГКОУ «Специальная
 (коррекционная) общеобразовательная
 школа-интернат № 27» г. Пятигорска
 «21» ноября 2024 г.
 Н.Ю. Чумаченко

МЕНЮ

Неделя первая, день четвертый

Возраст 12-18 лет

«21» ноября 2024

Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийность
Завтрак		Масло сливочное крестьянское 72,5% жирности (порциями)	10	0,1	8	0,1	72,6
		Омлет натуральный	106/10	10,8	20,9	2,1	239,9
	гор.блюдо	Макароны отварные с сыром	250/30/7	16,1	15,3	59,9	443,6
	гор.напиток	Какао с молоком	200	3,8	3	24,4	141
	хлеб	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0	20,8	102,5
	<i>итого</i>			38,8	47,8	136,3	1140,6
Завтрак 2	булочное	Печенье промышленного производства	25	1,8	2,3	17,7	98,7
	напиток	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	1,0	0,2	19,6	83,4
	<i>итого</i>			2,8	2,5	37,3	182,1
Обед	закуска	Огурцы натуральные маринованные с маслом растительным	100/5	0,5	5,1	1,4	55,2
	1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми	300	6,9	6,5	22,6	176,6
	2 блюдо	Птица, тушеная в соусе	100/60	26,7	29,1	3,5	383,7
	гарнир	Капуста тушеная	200	4,9	5,9	20,2	156,3
	напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	14,5	58,1
	хлеб	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,3	0,8	38,6	188,0
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,0	20,8	102,5
	<i>итого</i>			48,6	47,4	121,6	1120,4
Полдник	фрукты	Фрукты свежие(яблоки) калиброванные	200	0,8	0,8	19,6	94,0
	булочное	Батончик "Зебра" промышл. производства	150	9,5	11,6	75,7	366,6
	<i>итого</i>			10,3	12,4	95,3	460,6
Ужин	закуска	Горошек консерв. отварной	100/5	3,0	4,2	6,3	75,1
	гор.блюдо	Рыба, тушенная в томате с овощами	100/100	1,4	9,8	9,8	134,1
	гарнир	Пюре картофельное	200	4,2	7,0	28,5	194,2
	гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,2	0	14,9	61,6
	хлеб	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,0	8,3	41,0
		<i>итого</i>			14,8	21,6	96,8
Ужин 2	кисломол.	Йогурт фруктово-ягодный 2,5% жирности	200/1	5,4	4,9	8,7	109,6
	<i>итого</i>			5,4	4,9	8,7	109,6
Итого за день:				120,7	136,6	496	3660,3