

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГОКУ "Специальной (коррекционной)
 школы № 6 г. Нижнеудинска
 Никитин А.В.
 "09" сентября 2022 г.



Примерное 10 дневное меню для организации горячего питания
 детей возрастной группы 7-11 лет
 Питание за счет средств бюджета

№ рецепта	Приём пищи, наименование блюда	масса порций	цена	пищевые вещества			энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
завтрак							
311	Омлет запеченный с маслом сливочным	150	33,93	10	8	5,5	163
п/п	Батон нарезной (хлеб пшеничный)	55		3,75	1,45	25,7	89
п/п	Сыр порциями	15		2,6	2,68	0	35,2
п/п	Яблоко	100		0,4	0,4	10,4	45
514	Кофейный напиток	200		2,79	0,04	9,8	91
Итого за завтрак		520		19,54	12,57	51,4	423,2
обед							
55	Салат картофельный с сельдью	60	79,51	1,4	7,53	6,31	119
160	Борщ с мясом говядины п/ф	200		2,8	7,1	11,5	132
435	Капуста тушеная со сливочным маслом	150		4,22	6,86	24	158
391	Котлета мясная (из мяса говядины п/ф)	100		18	16,8	14,4	280
522	Компот из сухофруктов витаминизированный	200		0,56		7,4	112
п/п	Хлеб пшеничный	50		3,6	0,6	23,4	100
п/п	Хлеб ржаной	56		3	0,6	10	74
Итого за обед		816		33,58	39,49	97,01	975
полдник							
п/п	Булочка домашняя	100	39,55	1,1	1,3	30,9	102
п/п	Йогурт	105		3	7,33	12,29	106
п/п	Банан	100		6	0,4	84	96
505	Чай с сахаром и молоком	200				15,04	60
Итого за полдник		505		10,1	9,03	142,23	364
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ				63,22	61,09	290,64	1762,20

Диетсестра

Сарапулова Т.И.

Кладовщик

Измайлова Е.Н.

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГОКУ "Специальной (коррекционной)
 школы № 6 г. Нижнеудинска

Никитин А.В.

" 09 " сентября 2022 г.

Примерное 10 дневное меню для организации горячего питания
 детей возрастной группы 12-18 лет

Питание за счет средств бюджета

завтрак							
311	Омлет запеченный с маслом сливочным	200	47,55	13	15,57	36,5	170
п/п	Батон нарезной (хлеб пшеничный)	100		4,75	2,45	26,7	148
п/п	Сыр порциями	25		3,6	4,68	0	58
п/п	Яблоко	100		0,4	0,4	10,4	45
514	Кофейный напиток	200		2,79	0,04	9,8	91
Итого за завтрак		625		24,54	23,14	83,4	512
обед							
55	Салат картофельный с сельдью	100	73,93	2,4	8,3	7,31	138
160	Борщ с мясом говядины п/ф	250		3,8	8,1	12,5	170
435	Капуста тушеная со сливочным маслом	180		5,22	7,86	30	170
391	Котлета мясная (из мяса говядины п/ф)	100		18	16,8	14,4	280
522	Компот из сухофруктов витаминизированный	200		0,56		7,4	112
п/п	Хлеб пшеничный	40		3	0,5	18,5	90
п/п	Хлеб ржаной	85		4	1,6	11	94
Итого за обед		955		36,98	43,16	101,11	1054
полдник							
п/п	Булочка домашняя	100	45,59	1,1	1,3	30,9	102
п/п	Банан	100		6	0,4	84	96
п/п	Йогурт	130		3,7	9,08	15,2	131
505	Чай с сахаром и молоком	200				15,04	60
Итого за полдник		530		10,8	10,78	145,14	389
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ				72,32	77,08	329,65	1955,00

Диетсестра



Сарапулова Т.И.

Кладовщик



Измайлова Е.Н.