

Утверждаю  Ф.А. Янышева
Директор ГБОУ Табынская коррекционная
школа- интернат для обучающихся с
ограниченными возможностями здоровья.

Меню приготавливаемых блюд
На «11» июня 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецепт
			белки	жиры	углеводы		
1 завтрак							
1	Каша манная молочная жидкая	220	7,07	9,61	29,93	236,06	
2	Бутерброд с маслом и сыром	80	4,83	4,37	0,22	59,49	
3	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	3,61	3,74	27,84	154,51	
Итого за завтрак		420/490	17,85/15	29,24/17,5	113,51/76,86	793,06/529,58	
2 ой завтрак							
1	Яблоки	180	0,65	0,54	17,64	85,72	
2	сок	200	1,00	0,20	20,20	86,48	
3	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	88,14	
Итого за 2й завтрак							
1	Винегрет овощной	100	6,09	4,55	7,15	97,72	
2	Свекольник	250	2,44	5,52	14,97	124,60	
3	Котлеты с соусом	100	14,08	12,40	1,52	174,15	
4	Макароны отварные с овощами	180	5,19	7,57	28,06	208,29	
5	Напиток Виташка	200	0,00	0,00	0,00	0,00	
6	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	122,75	
7	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,35	
Итого за обед		900/1100	27,78/34,54	27,93/32,78	73,61/98,51	679/863,56	
Полдник							
1	Ватрушка с творогом	100	5,88	3,40	19,94	137,04	
2	Молоко кипяченое	200	5,75	5,94	9,02	111,41	
3	Апельсины	180	0,65	0,54	17,64	85,72	
Итого за полдник		235/238	12,0/18,1	6,88/8,56	24,92/31,77	174,31/218,38	
2	Голубцы ленивые	180	16,49	13,89	15,23	258,65	
3	Картофель отварной с маслом	100	1,98	3,69	15,06	105,79	
4	Чай с конфетами	200	0,25	0,05	9,31	38,48	
5	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	122,75	
6	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,35	
1	Йогурт	150	4,26	4,70	5,88	85,70	
Итого за ужин		1010/930	40	15,12/21,39	81,46/98,3	577,07/798,01	
Итого за день		2628/2638	83,92/99,19	83,99/84,98	345,22/363,36	2350,76/2351,1	

Медицинская сестра  Михайлова О.Н.