

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 7-10 лет

МЕНЮ БЛЮД

на 1 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	4,690	6,662	25,087	179,046	102(1-3)	Каша " Дружба " 1-3	0,180	
2	3,296	3,284	17,680	110,620	286(1-3)	Кофейный напиток с молоком 1-3	0,200	
3	4,313	5,438		67,500	366(1-3)	Сыр (порциями) 1-3	0,018	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
Итого на 1.Завтрак	16,099	15,784	67,067	476,166				
3.Обед								
1	15,248	17,657	3,152	233,710	260	Гуляш 7-10 лет	0,100	
2	2,448	10,625	14,510	134,550	283(1-3)	Компот из смеси сухофруктов 1-3	0,200	
3	5,358	5,455	35,635	216,488	227(1-3)	Макаронные изделия отварные 1-3	0,150	
4	2,605	6,133	17,614	138,453	42(1-3)	Рассольник ленинградский 1-3	0,250	
5	1,075	0,175	9,846	41,330	59(1-3)	Салат из моркови с яблоками 1-3	0,100	
6	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
7	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 3.Обед	32,494	40,845	123,457	971,531				
4.Полдник								
1	22,209	17,203	29,445	363,190	222(1-3)	Пудинг из творога (запеченый) 1-3	0,150	
2			4,990	18,950	300(1-3)	Чай с сахаром 1-3	0,200	
3	0,800	0,800	19,600	90,000		Яблоки 1-3	0,200	
Итого на 4.Полдник	23,009	18,003	54,035	472,140				
5.Ужин								
1	2,712	8,952	11,970	137,720	87	Овощи припущенные в соусе (7-10 лет)	0,125	
2	15,318	14,973	6,262	167,630	52-9	Суфле из печени	0,080	
3	0,660	0,120	2,280	13,800	71(1-3)	Помидоры свежие 1-3	0,060	
4			23,000	94,000	293(1-3)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 1-3	0,200	
5	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
6	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 5.Ужин	22,550	24,645	74,062	614,940				
6. Второй ужин								
1	5,600	6,400	8,200	112,000	272(1-3)	Кефир 1-3	0,200	
2	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
Итого на 6. Второй ужин	7,500	6,600	20,350	171,500				
Итого:	101,652	105,877	338,971	2 706,277				

Руководитель : _____ /Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 11 лет и старше

МЕНЮ БЛЮД

на 1 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	7,171	9,642	31,164	239,540	102(4-12)	Каша " Дружба " 4-12	0,210	
2	3,296	3,284	17,680	110,620	286(4-12)	Кофейный напиток с молоком 4-12	0,200	
3	5,750	7,250		90,000	366(4-12)	Сыр (порциями) 4-12	0,025	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
Итого на 1.Завтрак	20,017	20,576	73,144	559,160				
3.Обед								
1	20,828	22,457	3,152	299,110	260	Гуляш 11 лет и старше	0,130	
2	3,096	13,438	17,030	165,150	283(4-12)	Компот из смеси сухофруктов 4-12	0,200	
3	7,144	7,273	47,513	288,650	227(4-12)	Макаронные изделия отварные 4-12	0,200	
4	2,605	6,133	17,614	138,453	42(1-3)	Рассольник ленинградский 4-12	0,250	
5	1,613	0,263	14,769	61,995	59(4-12)	Салат из моркови с яблоками 4-12	0,150	
6	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
7	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 3.Обед	42,026	50,564	151,978	1 204,358				
4.Полдник								
1	26,718	20,571	37,525	443,801	222(4-12)	Пудинг из творога (запеченый) 4-12	0,180	
2			9,980	37,900	300(4-12)	Чай с сахаром 4-12	0,200	
3	0,800	0,800	19,600	90,000		Яблоки 4-12	0,200	
Итого на 4.Полдник	27,518	21,371	67,105	571,701				
5.Ужин								
1	3,254	10,742	14,364	165,264	87	Овощи припущенные в соусе (11 лет и старше)	0,150	
2	15,341	15,404	6,299	167,630	52-9	Суфле из печени	0,080	
3	0,660	0,120	2,280	13,800	71(4-12)	Помидоры свежие 4-12	0,060	
4			23,000	94,000	293(4-12)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 4-12	0,200	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
6	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 5.Ужин	25,995	27,266	97,843	750,108				
6. Второй ужин								
1	5,600	6,400	8,200	112,000	272(4-12)	Кефир 4-12	0,200	
2	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
Итого на 6. Второй ужин	9,400	6,800	32,500	231,000				
Итого:	124,956	126,577	422,570	3 316,327				

Руководитель : _____ /Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 7-10 лет

МЕНЮ БЛЮД

на 2 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	26,996	19,661	27,237	396,469	141(1-3)	Запеканка из творога 1-3	0,150	
2	3,284	3,550	15,238	103,500	269(1-3)	Какао 1-3	0,200	
3	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
4	5,080	4,600	0,280	62,800	139(1-3)	Яйца вареные 1-3	0,040	
Итого на 1.Завтрак	39,160	28,211	67,055	681,769				
2.Второй завтрак								
1	0,720	0,540	17,100	75,600		Груши 1-3	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	0,720	0,540	17,100	75,600				
3.Обед								
1	3,895	7,399	26,105	191,205	241(1-3)	Картофельное пюре 1-3	0,180	
2	13,694	4,137	0,391	93,120	236(4-12)	Рулет из рыбы 1-3	0,080	
3	0,664	5,298	1,801	57,247	16(1-3)	Салат из свежих огурцов 1-3	0,100	
4	2,297	4,904	16,545	119,238	43(1-3)	Свекольник 1-3	0,250	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
6	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
7			4,990	18,950	300(1-3)	Чай с сахаром 1-3	0,200	
Итого на 3.Обед	26,310	22,538	92,532	686,760				
4.Полдник								
1	2,196	3,515	18,286	114,190	235(1-3)	Булочка домашняя 1-3	0,030	
2	5,600	6,400	9,400	116,000	288(1-3)	Молоко кипяченое 1-3	0,200	
Итого на 4.Полдник	7,796	9,915	27,686	230,190				
5.Ужин								
1	17,016	19,676	21,927	337,562	67(1-3)	Винегрет овощной 1-3	0,100	
2	28,382	23,318	51,821	535,658	390-391-392	Пельмени мясные отварные (7-10лет)	0,205	
3			23,000	94,000	293(1-3)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 1-3	0,200	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
5	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 5.Ужин	51,158	43,794	139,448	1 174,220				
6. Второй ужин								
1	1,875	2,950	18,600	109,000		Пряники 1-3	0,025	
2	4,500	6,000	6,900	105,000	386(1-3)	Ряженка 1-3	0,150	
Итого на 6. Второй ужин	6,375	8,950	25,500	214,000				
Итого:	131,519	113,948	369,321	3 062,539				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория

дети 11 лет и старше

МЕНЮ БЛЮД

на 2 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	32,550	24,617	46,573	538,357	141(4-12)	Запеканка из творога 4-12	0,170	
2	3,405	3,638	15,378	105,400	269(4-12)	Какао 4-12	0,200	
3	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
4	5,080	4,600	0,280	62,800	139(4-12)	Яйца вареные 4-12	0,040	
Итого на 1.Завтрак	44,835	33,255	86,531	825,557				
2.Второй завтрак								
1	0,756	0,567	17,955	79,380		Груши 4-12	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	0,756	0,567	17,955	79,380				
3.Обед								
1	3,895	7,399	26,105	191,205	241(4-12)	Картофельное пюре 4-12	0,180	
2	17,596	4,283	0,484	110,285	236(4-12)	Рулет из рыбы 4-12	0,120	
3	1,011	6,138	2,744	69,828	16(4-12)	Салат из свежих огурцов 4-12	0,150	
4	2,297	4,904	16,545	119,238	43(4-12)	Свекольник 4-12	0,250	
5	7,600	0,800	48,600	238,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,100	
6	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
7			9,980	37,900	300(4-12)	Чай с сахаром 4-12	0,200	
Итого на 3.Обед	35,339	24,124	132,058	898,456				
4.Полдник								
1	3,660	5,861	30,477	190,339	235(4-12)	Булочка домашняя 4-12	0,050	
2	5,600	6,400	9,400	116,000	288(4-12)	Молоко кипяченое 4-12	0,200	
Итого на 4.Полдник	9,260	12,261	39,877	306,339				
5.Ужин								
1	1,478	9,155	11,660	134,685	67(4-12)	Винегрет овощной 4-12	0,150	
2	11,007	8,371	51,821	332,009	390-391-392	Пельмени мясные отварные (11лет и старше)	0,205	
3			23,000	94,000	293(4-12)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 4-12	0,200	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 5.Ужин	19,225	18,526	138,381	811,694				
6. Второй ужин								
1	2,250	3,540	22,320	130,800		Пряники 4-12	0,030	
2	6,000	8,000	9,200	140,000	272(4-12)	Ряженка 4-12	0,200	
Итого на 6. Второй ужин	8,250	11,540	31,520	270,800				
Итого:	117,665	100,273	446,322	3 192,226				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 7-10 лет

МЕНЮ БЛЮД

на 3 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	3,296	3,284	17,680	110,620	286(1-3)	Кофейный напиток с молоком 1-3	0,200	
2	0,040	3,625	0,065	33,050	365(7-10)	Масло сливочное /порциями/ (7-10 лет)	0,005	
3	11,440	14,425	2,975	187,650	132(1-3)	Омлет натуральный 1-3	0,125	
4	4,313	5,438		67,500	366(1-3)	Сыр (порциями) 1-3	0,018	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
Итого на 1.Завтрак	22,889	27,172	45,020	517,820				
2.Второй завтрак								
1	1,530	0,340	13,770	68,000		Мандарины 1-3	0,140	
Итого на 2.Второй завтрак	1,530	0,340	13,770	68,000				
3.Обед								
1	2,448	10,625	14,510	134,550	283(1-3)	Компот из смеси сухофруктов 1-3	0,200	
2	15,934	18,301	2,786	240,450	191(1-3)	Мясо тушеное 1-3	0,100	
3	3,256	11,977	17,641	191,770	92(1-3)	Рагу из овощей 1-3	0,200	
4	1,114	6,138	4,829	79,930	23(1-3)	Салат из свежих помидоров с луком 1-3	0,100	
5	11,160	4,408	20,033	167,238	50(1-3)	Суп картофельный с рыбой 1-3	0,250	
6	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
7	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 3.Обед	39,672	52,249	102,499	1 020,938				
4.Полдник								
1	5,520	6,020	30,660	199,020	335-343(1-3)	Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем из свежей капусты 1-3	0,060	
2			4,990	18,950	300(1-3)	Чай с сахаром 1-3	0,200	
Итого на 4.Полдник	5,520	6,020	35,650	217,970				
5.Ужин								
1	15,498	18,299	27,083	311,740	291(1-3)	Плов из птицы 1-3	0,150	
2	1,105	6,161	11,541	104,700	54	Салат из свеклы с яблоками 1-3	0,100	
3			23,000	94,000	293(1-3)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 1-3	0,200	
4	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
5	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 5.Ужин	20,463	25,060	92,174	657,940				
6. Второй ужин								
1	10,000	3,000	17,000	140,000		Йогурт (7-10лет)	0,200	
2	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
Итого на 6. Второй ужин	11,900	3,200	29,150	199,500				
Итого:	101,974	114,041	318,263	2 682,168				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 11 лет и старше

МЕНЮ БЛЮД

на 3 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	3,296	3,284	17,680	110,620	286(4-12)	Кофейный напиток с молоком 4-12	0,200	
2	0,080	7,250	0,130	66,100	365(4-12)	Масло сливочное (порциями) 4-12	0,010	
3	11,440	14,425	2,975	187,650	132(4-12)	Омлет натуральный 4-12	0,125	
4	5,750	7,250		90,000	366(4-12)	Сыр (порциями) 4-12	0,025	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
Итого на 1.Завтрак	24,366	32,609	45,085	573,370				
2.Второй завтрак								
1	1,665	0,370	14,985	74,000		Мандарины 4-12	0,148	
Итого на 2.Второй завтрак	1,665	0,370	14,985	74,000				
3.Обед								
1	3,096	13,438	17,030	165,150	283(4-12)	Компот из смеси сухофруктов 4-12	0,200	
2	15,934	18,301	2,786	240,450	191(4-12)	Мясо тушеное 4-12	0,100	
3	3,738	13,230	20,277	215,578	92(4-12)	Рагу из овощей 4-12	0,230	
4	1,671	9,207	7,244	119,895	23(4-12)	Салат из свежих помидоров с луком 4-12	0,150	
5	11,160	4,408	20,033	167,238	50(4-12)	Суп картофельный с рыбой 4-12	0,250	
6	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
7	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 3.Обед	42,339	59,584	119,270	1 159,311				
4.Полдник								
1	5,520	6,020	30,660	199,020	335-343(4-12)	Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем из свежей капусты 4-12	0,060	
2			9,980	37,900	300(4-12)	Чай с сахаром 4-12	0,200	
Итого на 4.Полдник	5,520	6,020	40,640	236,920				
5.Ужин								
1	21,039	24,718	36,124	419,304	291(4-12)	Плов из птицы 4-12	0,200	
2	1,688	6,247	15,997	125,235	54	Салат из свеклы с яблоками 4-12	0,150	
3			23,000	94,000	293(4-12)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 4-12	0,200	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 5.Ужин	29,467	31,965	127,021	889,539				
6. Второй ужин								
1	10,000	3,000	17,000	140,000		Йогурт (11 лет и старше)	0,200	
2	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
Итого на 6. Второй ужин	13,800	3,400	41,300	259,000				
Итого:	117,157	133,948	388,301	3 192,140				

Руководитель : _____ /Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 7-10 лет

МЕНЮ БЛЮД

на 4 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	3,284	3,550	15,238	103,500	269(1-3)	Какао 1-3	0,200	
2	5,695	8,009	22,590	184,847	109(1-3)	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 1-3	0,180	
3	0,040	3,625	0,065	33,050	365(7-10)	Масло сливочное /порциями/ (7-10 лет)	0,005	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
5	5,080	4,600	0,280	62,800	139(1-3)	Яйца вареные 1-3	0,040	
Итого на 1.Завтрак	17,899	20,184	62,473	503,197				
2.Второй завтрак								
1	1,800	0,400	16,200	80,000		Апельсины 1-3	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	1,800	0,400	16,200	80,000				
3.Обед								
1	2,448	10,625	14,510	134,550	283(1-3)	Компот из смеси сухофруктов 1-3	0,200	
2	23,505	24,783	3,151	283,210	210(1-3)	Курица в соусе с томатом 1-3	0,080	
3	5,358	5,455	35,635	216,488	227(1-3)	Макаронные изделия отварные 1-3	0,150	
4	1,600	6,074	10,250	100,140	49	Салат витаминный 1-3	0,100	
5	2,153	7,273	11,672	121,963	44(1-3)	Суп из овощей 1-3	0,250	
6	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
7	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 3.Обед	40,824	55,010	117,918	1 063,351				
4.Полдник								
1	2,365	1,728	17,629	96,571	307(1-3)	Булочка "Веснушка" 1-3	0,030	
2	5,600	6,400	9,400	116,000	288(1-3)	Молоко кипяченое 1-3	0,200	
Итого на 4.Полдник	7,965	8,128	27,029	212,571				
5.Ужин								
1	3,024	5,488	24,293	163,418	239(1-3)	Картофель отварной 1-3	0,150	
2	0,420	0,060	1,140	6,600	71(1-3)	Огурцы свежие 1-3	0,060	
3	12,418	7,971	6,613	147,350	172(1-3)	Рыба, тушеная в томате с овощами 1-3	0,130	
4			23,000	94,000	293(1-3)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 1-3	0,200	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
6	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 5.Ужин	21,622	14,319	97,746	618,368				
6. Второй ужин								
1	1,875	2,950	18,600	109,000		Печенье 1-3	0,025	
2	4,500	6,000	6,900	105,000	386(1-3)	Ряженка 1-3	0,150	
Итого на 6. Второй ужин	6,375	8,950	25,500	214,000				
Итого:	96,485	106,991	346,866	2 691,487				

Руководитель : _____ /Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория

дети 11 лет и старше

МЕНЮ БЛЮД

на 4 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	3,405	3,638	15,378	105,400	269(4-12)	Какао 4-12	0,200	
2	8,268	11,117	28,357	245,580	109(4-12)	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 4-12	0,210	
3	0,080	7,250	0,130	66,100	365(4-12)	Масло сливочное (порциями) 4-12	0,010	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5	5,080	4,600	0,280	62,800	139(4-12)	Яйца вареные 4-12	0,040	
Итого на 1.Завтрак	20,633	27,005	68,445	598,880				
2.Второй завтрак								
1	1,575	0,350	14,175	70,000		Апельсины 4-12	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	1,575	0,350	14,175	70,000				
3.Обед								
1	3,096	13,438	17,030	165,150	283(4-12)	Компот из смеси сухофруктов 4-12	0,200	
2	34,404	35,653	4,346	407,583	210(4-12)	Курица в соусе с томатом 4-12	0,110	
3	7,144	7,273	47,513	288,650	227(4-12)	Макаронные изделия отварные 4-12	0,200	
4	2,400	6,114	12,880	113,765	49	Салат витаминный 4-12	0,140	
5	2,153	7,273	11,672	121,963	44(4-12)	Суп из овощей 4-12	0,250	
6	7,600	0,800	48,600	238,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,100	
7	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 3.Обед	59,737	71,151	169,641	1 467,111				
4.Полдник								
1	3,860	2,806	29,380	159,948	307(4-12)	Булочка "Веснушка" 4-12	0,050	
2	5,600	6,400	9,400	116,000	288(4-12)	Молоко кипяченое 4-12	0,200	
Итого на 4.Полдник	9,460	9,206	38,780	275,948				
5.Ужин								
1	3,024	5,488	24,293	163,418	239(4-12)	Картофель отварной 4-12	0,150	
2	0,420	0,060	1,140	6,600	71(4-12)	Огурцы свежие 4-12	0,060	
3	18,245	8,190	6,613	172,480	172(4-12)	Рыба, тушеная в томате с овощами 4-12	0,160	
4			23,000	94,000	293(4-12)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 4-12	0,200	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
6	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 5.Ужин	28,429	14,738	106,946	687,498				
6. Второй ужин								
1	3,000	4,720	29,760	174,400		Печенье 4-12	0,025	
2	6,000	8,000	9,200	140,000	272(4-12)	Ряженка 4-12	0,200	
Итого на 6. Второй ужин	9,000	12,720	38,960	314,400				
Итого:	128,834	135,170	436,947	3 413,837				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 7-10 лет

МЕНЮ БЛЮД

на 5 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	5,581	6,594	27,922	193,644	107(1-3)	Каша манная молочная жидкая 1-3	0,180	
2	3,296	3,284	17,680	110,620	286(1-3)	Кофейный напиток с молоком 1-3	0,200	
3	0,040	3,625	0,065	33,050	365(7-10)	Масло сливочное /порциями/ (7-10 лет)	0,005	
4	4,313	5,438		67,500	366(1-3)	Сыр (порциями) 1-3	0,018	
5	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
Итого на 1.Завтрак	15,130	19,141	57,817	464,314				
2.Второй завтрак								
1	3,000	1,000	42,000	0,150		Бананы 1-3	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	3,000	1,000	42,000	0,150				
3.Обед								
1	1,728	3,337	11,762	83,193	37(1-3)	Борщ с капустой и картофелем 1-3	0,250	
2	2,000	9,000	8,500	122,000		Икра кабачковая 1-3	0,100	
3	22,593	23,761	26,138	413,170	185(1-3)	Картофельная запеканка с мясом 1-3	0,180	
4	2,812	0,296	17,982	88,060		Хлеб пшеничный 1-3	0,037	
5	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
6			4,990	18,950	300(1-3)	Чай с сахаром 1-3	0,200	
Итого на 3.Обед	31,093	36,794	87,772	813,373				
4.Полдник								
1	2,448	10,625	14,510	134,550	283(1-3)	Компот из смеси сухофруктов 1-3	0,200	
2	14,402	14,718	6,368	174,000	34	Пудинг из печени с морковью 1-3	0,060	
3	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
Итого на 4.Полдник	25,481	35,783	52,122	604,530				
5.Ужин								
1	10,739	2,235	6,834	195,381	239(1-3)	Тефтели рыбные тушеные в соусе 1-3	0,080	
2	3,834	5,434	38,644	222,818	224(1-3)	Рис отварной 1-3	0,150	
3	1,534	5,083	9,376	87,960	45	Салат из белокочанной капусты(прогретый)7-10лет	0,100	
4			23,000	94,000	293(1-3)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 1-3	0,200	
5	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
6	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 5.Ужин	19,967	13,352	108,404	643,192				
6. Второй ужин								
1	5,600	6,400	8,200	112,000	386(7- 10лет)	Кефир(7-10лет)	0,200	
2	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
Итого на 6. Второй ужин	7,500	6,600	20,350	171,500				
Итого:	102,171	112,670	368,465	2 697,059				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 11 лет и старше

МЕНЮ БЛЮД

на 5 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	8,161	9,567	34,314	255,760	107(4-12)	Каша манная молочная жидкая 4-12	0,210	
2	3,296	3,284	17,680	110,620	286(4-12)	Кофейный напиток с молоком 4-12	0,200	
3	0,080	7,250	0,130	66,100	365(4-12)	Масло сливочное (порциями) 4-12	0,010	
4	5,750	7,250		90,000	366(4-12)	Сыр (порциями) 4-12	0,025	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
Итого на 1.Завтрак	21,087	27,751	76,424	641,480				
2.Второй завтрак								
1	3,000	1,000	42,000	0,150		Бананы 4-12	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	3,000	1,000	42,000	0,150				
3.Обед								
1	1,728	3,337	11,762	83,193	37(4-12)	Борщ с капустой и картофелем 4-12	0,250	
2	2,000	9,000	8,500	122,000		Икра кабачковая 4-12	0,100	
3	22,593	23,761	26,138	413,170	185(4-12)	Картофельная запеканка с мясом 4-12	0,180	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
6			9,980	37,900	300(4-12)	Чай с сахаром 4-12	0,200	
Итого на 3.Обед	33,061	37,098	108,280	907,263				
4.Полдник								
1	3,096	13,438	17,030	165,150	283(4-12)	Компот из смеси сухофруктов 4-12	0,200	
2	21,383	16,161	6,368	184,000	34	Пудинг из печени с морковью 4-12	0,090	
3	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 4-12	0,025	
Итого на 4.Полдник	33,110	40,039	54,642	676,080				
5.Ужин								
1	13,664	2,742	8,777	237,945	239(4-12)	Тефтели рыбные тушеные в соусе 4-12)	0,100	
2	4,090	5,796	41,220	237,672	224(4-12)	Рис отварной 4-12	0,160	
3	2,301	5,127	11,569	99,990	45	Салат из белокочанной капусты(прогретый)11лет и старше	0,140	
4			23,000	94,000	293(4-12)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 4-12	0,200	
5	2,389	0,251	15,275	74,803		Хлеб пшеничный 4-12	0,032	
6	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 5.Ужин	25,384	14,516	127,441	753,552				
6. Второй ужин								
1	5,600	6,400	8,200	112,000	386(11лет и старше)	Кефир(11лет и старше)	0,200	
2	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 4-12	0,025	
Итого на 6. Второй ужин	7,500	6,600	20,350	171,500				
Итого:	123,142	127,004	429,137	3 150,025				

Руководитель : _____ /Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория

дети 7-10 лет

МЕНЮ БЛЮД

на 6 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	5,695	8,009	22,590	184,847	109(1-3)	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 1-3	0,180	
2	3,296	3,284	17,680	110,620	286(1-3)	Кофейный напиток с молоком 1-3	0,200	
3	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
4	5,080	4,600	0,280	62,800	139(1-3)	Яйца вареные 1-3	0,040	
Итого на 1.Завтрак	17,871	16,293	64,850	477,267				
3.Обед								
1	2,448	10,625	14,510	134,550	283(1-3)	Компот из смеси сухофруктов 1-3	0,200	
2	5,358	5,455	35,635	216,488	227(1-3)	Макаронные изделия отварные 1-3	0,150	
3	24,118	22,760	5,204	275,370	213(1-3)	Птица тушеная 1-3	0,080	
4	1,218	0,080	17,800	71,920	66(1-3)	Салат из моркови с изюмом 1-3	0,100	
5	11,160	4,408	20,033	167,238	50(1-3)	Суп картофельный с рыбой 1-3	0,250	
6	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
7	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 3.Обед	50,062	44,128	135,882	1 072,566				
4.Полдник								
1	1,800	0,400	16,200	80,000		Апельсины 1-3	0,200	
2	1,937	3,730	5,019	61,508	315	Овощи отварные с маслом (1-3)	0,100	
3	15,318	14,973	6,262	167,630	52-9	Суфле из печени	0,080	
4	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
5			4,990	18,950	300(1-3)	Чай с сахаром 1-3	0,200	
Итого на 4.Полдник	20,955	19,303	44,621	441,878				
5.Ужин								
1	21,495	21,675	20,794	368,622	181(1-3)	Жаркое по-домашнему 1-3	0,200	
2	0,660	0,120	2,280	13,800	71(1-3)	Помидоры свежие 1-3	0,060	
3			23,000	94,000	293(1-3)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 1-3	0,200	
4	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
5	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 5.Ужин	26,015	22,395	76,624	623,922				
6. Второй ужин								
1	5,600	6,400	9,400	116,000	288(1-3)	Молоко кипяченое 1-3	0,200	
2	1,875	2,950	18,600	109,000		Пряники 1-3	0,025	
Итого на 6. Второй ужин	7,475	9,350	28,000	225,000				
Итого:	122,378	111,469	349,977	2 840,633				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 11 лет и старше

МЕНЮ БЛЮД

на 6 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	8,268	11,117	28,357	245,580	109(4-12)	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 4-12	0,210	
2	3,296	3,284	17,680	110,620	286(4-12)	Кофейный напиток с молоком 4-12	0,200	
3	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
4	5,080	4,600	0,280	62,800	139(4-12)	Яйца вареные 4-12	0,040	
Итого на 1.Завтрак	20,444	19,401	70,617	538,000				
3.Обед								
1	3,096	13,438	17,030	165,150	283(4-12)	Компот из смеси сухофруктов 4-12	0,200	
2	7,144	7,273	47,513	288,650	227(4-12)	Макаронные изделия отварные 4-12	0,200	
3	35,338	32,420	5,504	385,170	213(4-12)	Птица тушеная 4-12	0,120	
4	1,840	0,121	25,379	102,907	66(4-12)	Салат из моркови с изюмом 4-12	0,145	
5	11,160	4,408	20,033	167,238	50(4-12)	Суп картофельный с рыбой 4-12	0,250	
6	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
7	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 3.Обед	65,318	58,660	167,359	1 360,115				
4.Полдник								
1	1,575	0,350	14,175	70,000		Апельсины 4-12	0,200	
2	1,937	3,730	5,019	61,508	315	Овощи отварные с маслом (4-12)	0,100	
3	15,341	15,404	6,299	226,044	282(4-12)	Оладьи из печени 4-12	0,080	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5			9,980	37,900	300(4-12)	Чай с сахаром 4-12	0,200	
Итого на 4.Полдник	22,653	19,884	59,773	514,452				
5.Ужин								
1	21,495	21,675	20,794	368,622	181(4-12)	Жаркое по-домашнему 4-12	0,200	
2	0,660	0,120	2,280	13,800	71(4-12)	Помидоры свежие 4-12	0,060	
3			23,000	94,000	293(4-12)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 4-12	0,200	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 5.Ужин	28,895	22,795	97,974	727,422				
6. Второй ужин								
1	5,600	6,400	9,400	116,000	288(4-12)	Молоко кипяченое 4-12	0,200	
2	2,250	3,540	22,320	130,800		Пряники 4-12	0,030	
Итого на 6. Второй ужин	7,850	9,940	31,720	246,800				
Итого:	145,160	130,680	427,443	3 386,789				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 7-10 лет

МЕНЮ БЛЮД

на 7 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	3,284	3,550	15,238	103,500	269(1-3)	Какао 1-3	0,200	
2	0,040	3,625	0,065	33,050	365(7-10)	Масло сливочное /порциями/ (7-10 лет)	0,005	
3	11,440	14,425	2,975	187,650	132(1-3)	Омлет натуральный 1-3	0,125	
4	4,313	5,438		67,500	366(1-3)	Сыр (порциями) 1-3	0,018	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
Итого на 1.Завтрак	22,877	27,438	42,578	510,700				
2.Второй завтрак								
1	3,000	1,000	42,000	0,150		Бананы 1-3	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	3,000	1,000	42,000	0,150				
3.Обед								
1	1,728	3,337	11,762	83,193	37(1-3)	Борщ с капустой и картофелем 1-3	0,250	
2	2,448	10,625	14,510	134,550	283(1-3)	Компот из смеси сухофруктов 1-3	0,200	
3	17,620	18,303	25,307	338,180	244(1-3)	Плов из отв.говядины 1-3	0,150	
4	0,664	5,298	1,801	57,247	16(1-3)	Салат из свежих огурцов 1-3	0,100	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
6	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 3.Обед	28,220	38,363	96,080	820,170				
4.Полдник								
1	2,365	1,728	17,629	96,571	307(1-3)	Булочка "Веснушка" 1-3	0,030	
2	5,600	6,400	9,400	116,000	288(1-3)	Молоко кипяченое 1-3	0,200	
Итого на 4.Полдник	7,965	8,128	27,029	212,571				
5.Ужин								
1	17,016	19,676	21,927	337,562	67(1-3)	Винегрет овощной 1-3	0,100	
2	3,895	7,399	26,105	191,205	241(1-3)	Картофельное пюре 1-3	0,180	
3			23,000	94,000	293(1-3)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 1-3	0,200	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
5	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
6	10,184	4,377	6,677	107,919	238	Хлебцы рыбные с соусом сметанным с томатом (7-10 лет)	0,090	
Итого на 5.Ужин	34,262	26,007	98,342	779,328				
6. Второй ужин								
1	10,000	3,000	17,000	140,000		Йогурт (7-10лет)	0,200	
2	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
Итого на 6. Второй ужин	11,900	3,200	29,150	199,500				
Итого:	108,224	104,136	335,179	2 522,419				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 11 лет и старше

МЕНЮ БЛЮД

на 7 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	3,405	3,638	15,378	105,400	269(4-12)	Какао 4-12	0,200	
2	0,080	7,250	0,130	66,100	365(4-12)	Масло сливочное (порциями) 4-12	0,010	
3	11,440	14,425	2,975	187,650	132(4-12)	Омлет натуральный 4-12	0,125	
4	5,750	7,250		90,000	366(4-12)	Сыр (порциями) 4-12	0,025	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
Итого на 1.Завтрак	24,475	32,963	42,783	568,150				
2.Второй завтрак								
1	3,000	1,000	42,000	0,150		Бананы 4-12	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	3,000	1,000	42,000	0,150				
3.Обед								
1	1,728	3,337	11,762	83,193	37(4-12)	Борщ с капустой и картофелем 4-12	0,250	
2	3,096	13,438	17,030	165,150	283(4-12)	Компот из смеси сухофруктов 4-12	0,200	
3	24,238	24,781	37,546	472,874	244(4-12)	Плов из отв.говядины 4-12	0,200	
4	1,011	6,138	2,744	69,828	16(4-12)	Салат из свежих огурцов 4-12	0,150	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
6	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 3.Обед	36,813	48,694	120,982	1 042,045				
4.Полдник								
1	3,860	2,806	29,380	159,948	307(4-12)	Булочка "Веснушка" 4-12	0,050	
2	5,600	6,400	9,400	116,000	288(4-12)	Молоко кипяченое 4-12	0,200	
Итого на 4.Полдник	9,460	9,206	38,780	275,948				
5.Ужин								
1	1,478	9,155	11,660	134,685	67(4-12)	Винегрет овощной 4-12	0,150	
2	3,895	7,399	26,105	191,205	241(4-12)	Картофельное пюре 4-12	0,180	
3			23,000	94,000	293(4-12)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 4-12	0,200	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
6	11,681	4,746	7,429	120,266	238	Хлебцы рыбные с соусом сметанным с томатом (11 лет и старше)	0,100	
Итого на 5.Ужин	28,199	17,042	113,155	732,168				
6. Второй ужин								
1	10,000	3,000	17,000	140,000		Йогурт (11 лет и старше)	0,200	
2	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
Итого на 6. Второй ужин	13,800	3,400	41,300	259,000				
Итого:	115,747	112,305	399,000	2 877,461				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория

дети 7-10 лет

МЕНЮ БЛЮД

на 8 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	4,690	6,662	25,087	179,046	102(1-3)	Каша " Дружба " 1-3	0,180	
2	3,296	3,284	17,680	110,620	286(1-3)	Кофейный напиток с молоком 1-3	0,200	
3	0,040	3,625	0,065	33,050	365(7-10)	Масло сливочное /порциями/ (7-10 лет)	0,005	
4	2,812	0,296	17,982	88,060		Хлеб пшеничный 1-3	0,037	
5	5,080	4,600	0,280	62,800	139(1-3)	Яйца вареные 1-3	0,040	
Итого на 1.Завтрак	15,918	18,467	61,094	473,576				
2.Второй завтрак								
1	0,800	0,800	19,600	90,000		Яблоки 1-3	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	0,800	0,800	19,600	90,000				
3.Обед								
1	3,895	7,399	26,105	191,205	241(1-3)	Картофельное пюре 1-3	0,180	
2	13,319	5,999	3,081	119,690	170(1-3)	Рыба, запеченная с яйцом 1-3	0,070	
3	1,114	6,138	4,829	79,930	23(1-3)	Салат из свежих помидоров с луком 1-3	0,100	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
5	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
6			4,990	18,950	300(1-3)	Чай с сахаром 1-3	0,200	
7	2,054	7,187	9,243	110,488	63(1-3)	Щи из свежей капусты с картофелем 1-3	0,250	
Итого на 3.Обед	26,142	27,523	90,948	727,263				
4.Полдник								
1	2,448	10,625	14,510	134,550	283(1-3)	Компот из смеси сухофруктов 1-3	0,200	
2	22,290	15,195	33,950	363,400	154(1-3)	Сырники из творога 1-3	0,150	
Итого на 4.Полдник	24,738	25,820	48,460	497,950				
5.Ужин								
1	14,630	17,257	7,123	242,130	126	Бефстроганов из отварной говядины в молочно-сметанном соусе	0,080	
2	6,415	5,259	31,487	202,230	219(1-3)	Каша гречневая рассыпчатая 1-3	0,110	
3	1,105	6,161	11,541	104,700	54	Салат из свеклы с яблоками 1-3	0,100	
4			23,000	94,000	293(1-3)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 1-3	0,200	
5	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
6	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 5.Ужин	24,807	26,921	110,127	790,926				
6. Второй ужин								
1	5,600	6,400	8,200	112,000	386(7-10лет)	Кефир(7-10лет)	0,200	
2	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
Итого на 6. Второй ужин	7,500	6,600	20,350	171,500				
Итого:	99,905	106,131	350,579	2 751,215				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 11 лет и старше

МЕНЮ БЛЮД

на 8 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	7,171	9,642	31,164	239,540	102(4-12)	Каша " Дружба " 4-12	0,210	
2	3,296	3,284	17,680	110,620	286(4-12)	Кофейный напиток с молоком 4-12	0,200	
3	0,080	7,250	0,130	66,100	365(4-12)	Масло сливочное (порциями) 4-12	0,010	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5	5,080	4,600	0,280	62,800	139(4-12)	Яйца вареные 4-12	0,040	
Итого на 1.Завтрак	19,427	25,176	73,554	598,060				
2.Второй завтрак								
1	0,800	0,800	19,600	90,000		Яблоки 4-12	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	0,800	0,800	19,600	90,000				
3.Обед								
1	3,895	7,399	26,105	191,205	241(4-12)	Картофельное пюре 4-12	0,180	
2	21,726	8,538	4,604	182,212	170(4-12)	Рыба, запеченая с яйцом	0,120	
3	1,671	9,207	7,244	119,895	23(4-12)	Салат из свежих помидоров с луком 4-12	0,150	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
6			9,980	37,900	300(4-12)	Чай с сахаром 4-12	0,200	
7	2,054	7,187	9,243	110,488	63(4-12)	Щи из свежей капусты с картофелем 4-12	0,250	
Итого на 3.Обед	36,086	33,331	109,076	892,700				
4.Полдник								
1	3,096	13,438	17,030	165,150	283(4-12)	Компот из смеси сухофруктов 4-12	0,200	
2	28,997	19,577	43,216	467,086	154(4-12)	Сырники из творога 4-12	0,180	
Итого на 4.Полдник	32,093	33,015	60,246	632,236				
5.Ужин								
1	14,630	17,257	7,123	242,130	126	Бефстроганов из отварной говядины в молочно-сметанном соусе	0,080	
2	8,748	7,171	42,937	275,768	219(4-12)	Каша гречневая рассыпчатая 4-12	0,150	
3	1,688	6,247	15,997	125,235	54	Салат из свеклы с яблоками 4-12	0,150	
4			23,000	94,000	293(4-12)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 4-12	0,200	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
6	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 5.Ужин	33,960	33,044	150,770	1 049,123				
6. Второй ужин								
1	5,600	6,400	8,200	112,000	386(11лет и старше)	Кефир(11лет и старше)	0,200	
2	2,389	0,251	15,275	74,803		Хлеб пшеничный 4-12	0,032	
Итого на 6. Второй ужин	7,989	6,651	23,475	186,803				
Итого:	130,355	132,017	436,721	3 448,922				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 7-10 лет

МЕНЮ БЛЮД

на 9 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	26,996	19,661	27,237	396,469	141(1-3)	Запеканка из творога 1-3	0,150	
2	3,284	3,550	15,238	103,500	269(1-3)	Какао 1-3	0,200	
3	4,313	5,438		67,500	366(1-3)	Сыр (порциями) 1-3	0,018	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
Итого на 1.Завтрак	38,393	29,049	66,775	686,469				
2.Второй завтрак								
1	0,720	0,540	17,100	75,600		Груши 1-3	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	0,720	0,540	17,100	75,600				
3.Обед								
1	3,024	5,488	24,293	163,418	239(1-3)	Картофель отварной 1-3	0,150	
2	2,448	10,625	14,510	134,550	283(1-3)	Компот из смеси сухофруктов 1-3	0,200	
3	13,738	16,428	1,342	208,710	192(1-3)	Печень говяжья по-строгановски 1-3	0,100	
4	1,171	0,200	7,376	36,729	56(1-3)	Салат овощной с яблоками 1-3	0,100	
5	2,297	4,904	16,545	119,238	43(1-3)	Свекольник 1-3	0,250	
6	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
7	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 3.Обед	28,438	38,445	106,766	869,645				
4.Полдник								
1	2,196	3,515	18,286	114,190	235(1-3)	Булочка домашняя 1-3	0,030	
2	5,600	6,400	9,400	116,000	288(1-3)	Молоко кипяченое 1-3	0,200	
Итого на 4.Полдник	7,796	9,915	27,686	230,190				
5.Ужин								
1	10,414	8,404	6,893	126,771	209(1-3)	Биточки припущенные 1-3	0,065	
2	3,256	11,977	17,641	191,770	92(1-3)	Рагу из овощей 1-3	0,200	
3	9,630	9,670	1,820	132,900	76	Сельдь с луком (7-10лет)	0,080	
4			23,000	94,000	293(1-3)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 1-3	0,200	
5	2,812	0,296	17,982	88,060		Хлеб пшеничный 1-3	0,037	
6	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 5.Ужин	28,072	30,747	85,736	721,501				
6. Второй ужин								
1	1,875	2,950	18,600	109,000		Печенье 1-3	0,025	
2	4,500	6,000	6,900	105,000	386(1-3)	Ряженка 1-3	0,150	
Итого на 6. Второй ужин	6,375	8,950	25,500	214,000				
Итого:	109,794	117,646	329,563	2 797,405				

Руководитель : _____ /Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория

дети 11 лет и старше

МЕНЮ БЛЮД

на 9 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	32,550	24,617	46,573	538,357	141(4-12)	Запеканка из творога 4-12	0,170	
2	3,405	3,638	15,378	105,400	269(4-12)	Какао 4-12	0,200	
3	5,750	7,250		90,000	366(4-12)	Сыр (порциями) 4-12	0,025	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
Итого на 1.Завтрак	45,505	35,905	86,251	852,757				
2.Второй завтрак								
1	0,756	0,567	17,955	79,380		Груши 4-12	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	0,756	0,567	17,955	79,380				
3.Обед								
1	3,024	5,488	24,293	163,418	239(4-12)	Картофель отварной 4-12	0,150	
2	3,096	13,438	17,030	165,150	283(4-12)	Компот из смеси сухофруктов 4-12	0,200	
3	24,376	21,194	1,342	294,216	192(4-12)	Печень говяжья по-строгановски 4-12	0,130	
4	1,756	0,300	11,064	55,094	56(4-12)	Салат овощной с яблоками 4-12	0,150	
5	2,297	4,904	16,545	119,238	43(4-12)	Свекольник 4-12	0,250	
6	6,330	0,666	40,479	198,230		Хлеб пшеничный 4-12	0,082	
7	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 3.Обед	43,819	46,590	138,353	1 127,346				
4.Полдник								
1	3,660	5,861	30,477	190,339	235(4-12)	Булочка домашняя 4-12	0,050	
2	5,600	6,400	9,400	116,000	288(4-12)	Молоко кипяченое 4-12	0,200	
Итого на 4.Полдник	9,260	12,261	39,877	306,339				
5.Ужин								
1	16,022	12,930	10,605	195,041	209(4-12)	Биточки припущенные 4-12	0,100	
2	3,738	13,230	20,277	215,578	92(4-12)	Рагу из овощей 4-12	0,230	
3	13,030	11,370	1,820	161,900	76	Сельдь с луком (11лет истарше)	0,100	
4			23,000	94,000	293(4-12)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 4-12	0,200	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
6	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 5.Ужин	39,530	38,530	107,602	917,519				
6. Второй ужин								
1	3,000	4,720	29,760	174,400		Печенье 4-12	0,025	
2	6,000	8,000	9,200	140,000	272(4-12)	Ряженка 4-12	0,200	
Итого на 6. Второй ужин	9,000	12,720	38,960	314,400				
Итого:	147,870	146,573	428,998	3 597,741				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 7-10 лет

МЕНЮ БЛЮД

на 10 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	3,284	3,550	15,238	103,500	269(1-3)	Какао 1-3	0,200	
2	5,581	6,594	27,922	193,644	107(1-3)	Каша манная молочная жидкая 1-3	0,180	
3	0,040	3,625	0,065	33,050	365(7-10)	Масло сливочное /порциями/ (7-10 лет)	0,005	
4	4,313	5,438		67,500	366(1-3)	Сыр (порциями) 1-3	0,018	
5	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
Итого на 1.Завтрак	15,118	19,407	55,375	457,194				
2.Второй завтрак								
1	3,000	1,000	42,000	0,150		Бананы 1-3	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	3,000	1,000	42,000	0,150				
3.Обед								
1	3,834	5,434	38,644	222,818	224(1-3)	Рис отварной 1-3	0,150	
2	1,534	5,083	9,376	87,960	45	Салат из белокочанной капусты(прогретый)7-10лет	0,100	
3	6,053	5,165	20,210	153,533	45(1-3)	Суп картофельный с бобовыми 1-3	0,250	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 1-3	0,050	
5	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
6			4,990	18,950	300(1-3)	Чай с сахаром 1-3	0,200	
7	12,967	9,272	8,040	167,068	235(1-3)	Шницель рыбный натуральный 1-3	0,080	
Итого на 3.Обед	30,148	25,754	123,960	857,329				
4.Полдник								
1	2,448	10,625	14,510	134,550	283(1-3)	Компот из смеси сухофруктов 1-3	0,200	
2	5,720	7,213	1,488	93,825	132(1-3)	Омлет натуральный 1-3	0,063	
3	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
Итого на 4.Полдник	10,068	18,038	28,148	287,875				
5.Ужин								
1	22,593	23,761	26,138	413,170	185(1-3)	Картофельная запеканка с мясом 1-3	0,180	
2	0,420	0,060	1,140	6,600	71(1-3)	Огурцы свежие 1-3	0,060	
3			23,000	94,000	293(1-3)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 1-3	0,200	
4	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
5	1,960	0,400	18,400	88,000		Хлеб ржаной 1-3	0,040	
Итого на 5.Ужин	26,873	24,421	80,828	661,270				
6. Второй ужин								
1	10,000	3,000	17,000	140,000		Йогурт (7-10лет)	0,200	
2	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 1-3	0,025	
Итого на 6. Второй ужин	11,900	3,200	29,150	199,500				
Итого:	97,107	91,820	359,461	2 463,318				

Руководитель :

/Л. В. Цыбина/

Учреждение:

ГКОУ ВО "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат г. Коврова для глухих, слабослышащих и позднооглохших детей".

Категория дети 11 лет и старше

МЕНЮ БЛЮД

на 10 день

№ п/п	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, кг	Стоимость порции
1.Завтрак								
1	3,405	3,638	15,378	105,400	269(4-12)	Какао 4-12	0,200	
2	8,161	9,567	34,314	255,760	107(4-12)	Каша манная молочная жидкая 4-12	0,210	
3	0,080	7,250	0,130	66,100	365(4-12)	Масло сливочное (порциями) 4-12	0,010	
4	5,750	7,250		90,000	366(4-12)	Сыр (порциями) 4-12	0,025	
5	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
Итого на 1.Завтрак	21,196	28,105	74,122	636,260				
2.Второй завтрак								
1	3,000	1,000	42,000	0,150		Бананы 4-12	0,200	
Итого на 2.Второй завтрак	3,000	1,000	42,000	0,150				
3.Обед								
1	4,090	5,796	41,220	237,672	224(4-12)	Рис отварной 4-12	0,160	
2	2,301	5,127	11,569	99,990	45	Салат из белокочанной капусты(прогретый)11лет и старше	0,140	
3	6,095	5,165	20,483	154,763	45(4-12)	Суп картофельный с бобовыми 4-12	0,250	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
6			9,980	37,900	300(4-12)	Чай с сахаром 4-12	0,200	
7	16,084	11,475	10,044	207,265	235(4-12)	Шницель рыбный натуральный 4-12	0,100	
Итого на 3.Обед	35,310	28,563	145,196	988,590				
4.Полдник								
1	3,096	13,438	17,030	165,150	283(4-12)	Компот из смеси сухофруктов 4-12	0,200	
2	5,720	7,213	1,488	93,825	132(4-12)	Омлет натуральный 4-12	0,063	
3	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 4-12	0,025	
Итого на 4.Полдник	10,716	20,851	30,668	318,475				
5.Ужин								
1	22,593	23,761	26,138	413,170	185(4-12)	Картофельная запеканка с мясом 4-12	0,180	
2	0,420	0,060	1,140	6,600	71(4-12)	Огурцы свежие 4-12	0,060	
3			23,000	94,000	293(4-12)	Соки овощные, фруктовые и ягодные 4-12	0,200	
4	3,800	0,400	24,300	119,000		Хлеб пшеничный 4-12	0,050	
5	2,940	0,600	27,600	132,000		Хлеб ржаной 4-12	0,060	
Итого на 5.Ужин	29,753	24,821	102,178	764,770				
6. Второй ужин								
1	10,000	3,000	17,000	140,000		Йогурт (11 лет и старше)	0,200	
2	1,900	0,200	12,150	59,500		Хлеб пшеничный 4-12	0,025	
Итого на 6. Второй ужин	11,900	3,200	29,150	199,500				
Итого:	111,875	106,540	423,314	2 907,745				

Руководитель : _____ /Л. В. Цыбина/