

ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа-интернат» г. Ковров

МЕНЮ

Интернат

1-день-понедельник				
	1-4 классы		5-10 классы	
	Выход	ккал	Выход	ккал
<u>Завтрак</u>				
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	217,8	200/6	263,66
Чай с сахаром	200	33,4	200	34,8
Хлеб пшеничный	40	106,6	60	155,4
Масло сливочное	10	77	12	92,4
Фрукт\Яблоко	1 шт.	74	1 шт.	74
ИТОГО	622 гр.	508,8	665 гр.	620,26
<u>Обед</u>				
Салат из моркови	80	89,54	100	145,97
Щи из свежей капусты картофелем и сметаной	200/11	82,9	250/11	84,76
Пудинг из субпродуктов/печень, сердце говяжьей/	120	109,36	150	200,29
Рис отварной с маслом сливочным	150/5	205,15	180/8	243,4
Соус томатный	30	48,414	40	61,114
Компот из сухофруктов	200	40,68	200	43,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	60	155,4
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	886 гр.	808,74	1059 гр.	1072,56
<u>Полдник</u>				
Омлет натуральный	160	182,9	180	195,9
Хлеб пшеничный	50	129,5	70	181,3
Сок	200	94	200	94
ИТОГО	410 гр.	406,4	450 гр.	471,2
<u>Ужин</u>				
Салат «Степной»	80	87,8	100	135,9
Котлета мясная, запеченная в молочном соусе	90/70	236,91	100/80	289,8
Рагу овощное	200	180,28	210	185,14
Кофейный напиток с молоком	200	109,57	200	116,07
Хлеб пшеничный	50	129,5	70	181,3
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	625 гр.	791,89	728 гр.	1013,51
<u>Ужин 2</u>				
Кефир	190	58,9	230	71,3
ВСЕГО	2838 гр.	2630,1	3224 гр.	3298,3

Директор школы интернат _____ / Косарева С.А./

Медсестра _____ /Боброва Н.А./

Шеф повар _____ /Парфёнова Е.Ю./



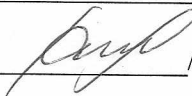
ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная)
 общеобразовательная школа-интернат» г Ковров


МЕНЮ

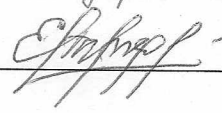
Интернат

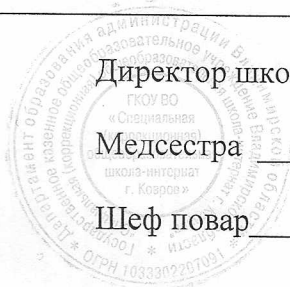
2-день-вторник

	1-4 классы		5-10 классы	
	Выход	ккал	Выход	ккал
<u>Завтрак</u>				
Каша боярская	200	260,35	200	293,1
Чай с сахаром	200	33,4	200	34,8
Хлеб пшеничный	40	106,6	60	155,4
Масло сливочное	10	77	12	92,4
Фрукт\Яблоко	1 шт.	74	1 шт.	74
ИТОГО	637 гр.	551,35	669 гр.	636,8
<u>Обед</u>				
Икра кабачковая	80	95,2	100	119
Рассольник ленинградский со сметаной	200/11	82,31	250/11	83,66
Руллет мясной с луком и яйцом	110	360,79	120	435,5
Макаронны отварные с маслом сливочным	150/5	198,3	180/8	274,7
Компот из сухофруктов	200	40,68	200	43,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	60	155,4
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	846 гр.	1009,976	989 гр.	1266,86
<u>Полдник</u>				
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	498,81	180/50	632,35
Сок	200	94	200	94
ИТОГО	380 гр.	592,81	430 гр.	726,35
<u>Ужин</u>				
Салат витаминный	80	77,46	100	87,15
Котлета рыбная	90	190,53	120	218,48
Картофель отварной с маслом сливочным	190/5	192,1	190/5	192,1
Какао с молоком	200	110,7	200	118,61
Хлеб пшеничный	50	129,5	70	181,3
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	655 гр.	764,957	745 гр.	952,44
<u>Ужин 2</u>				
Кефир	190	58,9	230	71,3
ВСЕГО	2708 гр.	2756,183	2833 гр.	3666,6

Директор школы интернат  / Косарева С.А./

Медсестра  /Боброва Н.А./

Шеф повар  /Парфёнова Е.Ю./

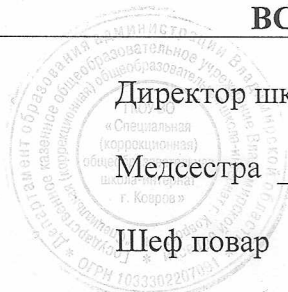


ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная)
 общеобразовательная школа-интернат» г. Ковров

МЕНЮ

Интернат

3-день-среда				
	1-4 классы		5-10 классы	
	Выход	ккал	Выход	ккал
<u>Завтрак</u>				
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	218,6	200/6	264,62
Кофейный напиток с молоком	200	109,57	200	116,07
Хлеб пшеничный	40	106,6	60	155,4
Масло сливочное	10	77	12	92,4
Фрукт\Яблоко	1 шт.	74	1 шт.	74
ИТОГО	622гр.	585,77	665 гр.	702,49
<u>Обед</u>				
Сельдь с луком	80 (58/22)	175,9	126(100/26)	226,8
Борщ на мясном бульоне из свежей капусты картофеля и сметаной	250/12	103,67	300/12	113,65
Жаркое по домашнему	200/90	342,52	200/100	365,05
Компот из сухофруктов	200	40,68	200	43,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	60	155,4
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	922 гр.	895,47	1058 гр.	1059,5
<u>Полдник</u>				
Омлет с сыром	160/24,5	287,48	180/37,5	347,8
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
Сок	200	94	200	94
ИТОГО	424,5 гр.	484,68	477,5 гр.	596,6
<u>Ужин</u>				
Салат из солёных огурцов с луком	80	59,53	100	61,81
Сердце говяжье по строгановски	60/40	143,3	70/50	176,64
Пюре картофельное	200	196,7	230	221,4
Чай с сахаром	200	33,4	200	34,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	70	181,3
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	670 гр.	665,63	780 гр.	830,75
<u>Ужин 2</u>				
Кефир	190	58,9	220	68,2
ВСЕГО	2828,5 гр.	2690,4	3200,5 гр.	3257,5



Директор школы интернат _____ / Косарева С.А./

Медсестра _____ /Боброва Н.А./

Шеф повар _____ /Парфёнова Е.Ю./

ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная)
 общеобразовательная школа-интернат» г. Ковров

МЕНЮ

Интернат

5-день-пятница				
	1-4 классы		5-10 классы	
	Выход	ккал	Выход	ккал
<u>Завтрак</u>				
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	214,6	200/6	259,82
Чай с сахаром	200	33,4	200	34,8
Хлеб пшеничный	40	106,6	60	155,4
Сыр	25,5	92,82	37,5	136,5
Фрукт\Банан	1 шт.	114,7	1 шт.	114,7
ИТОГО	637,5 гр.	562,12	690,5 гр.	701,22
<u>Обед</u>				
Икра морковная	80	78,81	100	85,38
Суп картофельный на мясном бульоне со сметаной	250/11	118,12	260/11	119,64
Капуста тушенная с рисом и мясом	150/90	269,836	180/100	303,448
Компот из сухофруктов	200	40,68	200	43,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	60	155,4
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	871гр	740,142	971 гр.	862,468
<u>Полдник</u>				
Сушка челночок	25	92,75	45	166,95
Сок	200	94	200	94
ИТОГО	225 гр.	186,75	245	260,95
ВСЕГО	1733,5 гр.	1489,012	1906,5	1824,6



Директор школы интернат _____ / Косарева С.А./

Медсестра _____ /Боброва Н.А./

Шеф повар _____ /Парфёнова Е.Ю./

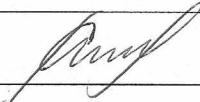
ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная)
 общеобразовательная школа-интернат» г. Ковров

МЕНЮ

Интернат

6-день-понедельник

	1-4 классы		5-10 классы	
	Выход	ккал	Выход	ккал
Завтрак				
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5	212,6	200/6	257,42
Чай с сахаром	200	33,4	200	34,8
Хлеб пшеничный	40	106,6	60	155,4
Масло сливочное	10	77	12	92,4
Фрукт\Яблоко	1 шт.	74	1 шт.	74
ИТОГО	622 гр.	503,6	665гр	614,02
Обед				
Икра овощная	80	73,8	100	78,4
Щи из свежей капусты картофеля и сметаной	200/11	82,9	250/11	84,76
Тефтели мясные	90	257,86	100	320,90
Греча рассыпчатая с маслом сливочным	150/10	246,4	180/10	261,7
Компот из сухофруктов	200	40,68	200	43,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	60	155,4
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	831 гр.	934,34	971 гр.	1099,76
Полдник				
Оладьи с повидлом яблочным	140/25	454,17	180/30	557,46
Сок	200	94	200	94
ИТОГО	365 гр.	548,17	410 гр.	651,46
Ужин				
Салат из моркови	80	89,54	100	128,992
Котлета рыбная любительская	100	196,978	120	226,452
Пюре картофельное	200	196,7	230	221,4
Кофейный напиток с молоком	200	109,57	200	116,07
Хлеб пшеничный	50	129,5	70	181,3
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	670 гр.	825,488	780 гр.	1029,014
Ужин 2				
Ряженка	190	102,6	230	124,2
ВСЕГО	2678 гр.	2914,222	3056 гр.	3514,48

Директор школы интернат  / Косарева С.А./

Медсестра  /Боброва Н.А./

Шеф повар  /Парфёнова Е.Ю./

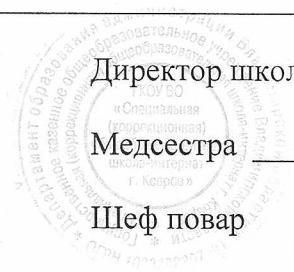


ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная)
 общеобразовательная школа-интернат» г. Ковров

МЕНЮ

Интернат

7-день-вторник				
	1-4 классы		5-10 классы	
	Выход	ккал	Выход	ккал
<u>Завтрак</u>				
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	218,6	200/6	264,62
Какао с молоком	200	110,667	200	118,61
Хлеб пшеничный	40	106,6	60	155,4
Масло сливочное	10	77	12	92,4
Фрукт\Яблоко	1 шт.	74	1 шт.	74
ИТОГО	622 гр.	586,867	665 гр.	705,03
<u>Обед</u>				
Салат из белокочанной капусты	80	46,03	100	52,89
Солянка домашняя со сметаной	200/10/8/10	111,12	250/15/20/10	156,49
Жаркое по домашнему	200/90	342,52	200/100	365,05
Компот из сухофруктов	200	40,68	200	43,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	60	155,4
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	888 гр.	773,05	1015 гр.	928,43
<u>Полдник</u>				
Омлет с сыром	160/24,5	287,48	150/37,5	347,8
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
Сок	200	94	200	94
ИТОГО	394,5 гр.	484,68	447,5 гр.	596,6
<u>Ужин</u>				
Икра свекольная	80	82,62	100	90,14
Оладьи из субпродуктов/печень, сердце говяжьей/	90	135,96	110	239,47
Соус томатный	30	48,414	40	61,114
Макароньы отварные с маслом сливочным	150/5	198,3	180/8	274,7
Чай с сахаром	200	33,4	200	34,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	70	181,3
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	645 гр.	731,394	768 гр.	1036,324
<u>Ужин 2</u>				
Ряженка	190	102,6	230	124,2
ВСЕГО	2739,5 гр.	2678,631	2895,5 гр.	3390,58



Директор школы интернат  / Косарева С.А./

Медсестра  /Боброва Н.А./

Шеф повар  /Парфёнова Е.Ю./

ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная)
 общеобразовательная школа-интернат» г. Ковров

МЕНЮ

Интернат

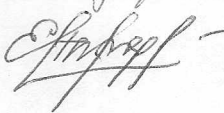
8-день-среда

	1-4 классы		5-10 классы	
	Выход	ккал	Выход	ккал
<u>Завтрак</u>				
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	222,4	200/6	269,18
Кофейный напиток с молоком	200	109,57	200	116,07
Хлеб пшеничный	40	106,6	60	155,4
Масло сливочное	10	77	12	92,4
Фрукт\Яблоко	1 шт	74	1 шт.	74
ИТОГО	622 гр.	589,57	665 гр.	707,05
<u>Обед</u>				
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	101,63	100	130,28
Суп картофельный с макаронными изделиями и сметаной	200/11	82,12	250/11	90,746
ЧАХОХБИЛИ	90/50	364,25	100	510,52
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	150	217,9	160	232,85
Компот из сухофруктов	200	40,68	200	43,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	60	155,4
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	871 гр.	1039,28	1011 гр.	1318,24
<u>Полдник</u>				
Пудинг из творога со сгущенным молоком	200/30	625,63	240/50	784,675
Чай с сахаром	200	33,4	200	34,8
ИТОГО	430 гр.	659,03	490 гр.	819,48
<u>Ужин</u>				
Икра морковная	80	78,81	100	85,38
Котлета рыбная	90	190,53	110	218,48
Рагу овощное	200	180,28	210	185,14
Сок	200	94	200	94
Хлеб пшеничный	50	129,5	70	181,3
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	660 гр.	776,32	750 гр.	919,1
<u>Ужин 2</u>				
Ряженка	190	102,6	220	118,8
ВСЕГО	2793 гр.	3166,830	3136 гр.	3882,7



Директор школы интернат  / Косарева С.А./

Медсестра  /Боброва Н.А./

Шеф повар  /Парфёнова Е.Ю./

ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная)
 общеобразовательная школа-интернат» г. Ковров

МЕНЮ

Интернат

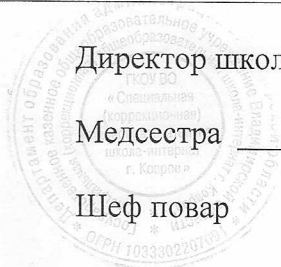
9-день-четверг

	1-4 классы		5-10 классы	
	Выход	ккал	Выход	ккал
<u>Завтрак</u>				
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	220,4	200/6	266,78
Чай с сахаром	200	33,4	200	34,8
Хлеб пшеничный	40	106,6	60	155,4
Масло сливочное	10	77	12	92,4
Фрукт\Яблоко	1 шт.	74	1 шт.	74
ИТОГО	622 гр.	511,4	665 гр.	623,38
<u>Обед</u>				
Салат из ЗЕЛЁНОГО ГОРОШКА И КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	80	83,42	100	100,32
Борщ на мясном бульоне из свежей капусты картофеля и сметаной	250/12	103,67	300/12	113,65
Азу с мясом	180/90	311,5	180/100	344,32
Компот из сухофруктов	200	40,68	200	43,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	60	155,4
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	902 гр.	771,97	1012 гр.	911,99
<u>Полдник</u>				
Омлет с СУШКАМИ	170/25	315,05	190/30	362,5
Сок	200	94	200	94
ИТОГО	395гр.	409,05	420 гр.	456,5
<u>Ужин</u>				
Салат из солёных огурцов с луком	80	59,53	100	61,81
Запеканка картофельная с субпродуктом	200/60	307,53	210/90	381,3
Какао с молоком	200	110,667	200	118,61
Хлеб пшеничный	50	129,5	70	181,3
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	630 гр.	710,427	730 гр.	897,82
<u>Ужин 2</u>				
Ряженка	180	97,2	220	118,8
ВСЕГО	2729 гр.	2500,047	3047 гр.	3008,27

Директор школы интернат  / Косарева С.А./

Медсестра  /Боброва Н.А./

Шеф повар  /Парфёнова Е.Ю./



ГКОУ ВО «Специальная (коррекционная)
 общеобразовательная школа-интернат» г. Ковров

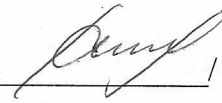
МЕНЮ

Интернат

10-день-пятница

	1-4 классы		5-10 классы	
	Выход	ккал	Выход	ккал
<u>Завтрак</u>				
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	498,81	180/40	632,35
Чай с сахаром	200	33,4	200	34,8
Хлеб пшеничный	40	106,6	60	155,4
Сыр	25,5	92,82	37,5	136,5
Фрукт \ Банан	1 шт.	114,7	1 шт.	114,7
ИТОГО	632,5 гр.	846,33	714,5гр.	1073,75
<u>Обед</u>				
Салат «Степной»	80	87,8	100	135,9
Уха с крупой и сметаной	150/55/11	157,16	160/100/11	273,72
Птица тушёная в соусе	90/50	311,67	110/60	451,24
Капуста тушёная	190	100,77	200	111,84
Компот из сухофруктов	200	40,68	200	43,8
Хлеб пшеничный	50	129,5	60	155,4
Хлеб ржаной	40	103,2	60	154,8
ИТОГО	916 гр.	930,78	1061 гр.	1226,704
<u>Полдник</u>				
ПЕЧЕНЬЕ	25	83,75	45	150,75
Сок	200	94	200	94
ИТОГО	225 гр.	177,75	245 гр.	244,75
ВСЕГО	1773,5 гр.	1954,86	2020,5 гр.	2545



Директор школы интернат  / Косарева С.А./

Медсестра  /Боброва Н.А./

Шеф повар  /Парфёнова Е.Ю./