



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
 На " 10 " 03 2023 год.

Неделя 2 День 5 (пятница)	Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			ЭЦккал	Цена, руб.
Белки			Жиры	Углеводы			
завтрак	КАША вязкая "АРТЕКОВСКАЯ" (пшено,рис, молоко, масло сливочное)	200	8,36	7,68	47,44	293,37	28,83
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущ.молоком (молоко сгущ.,творог, рис, сахар,яйца, сметана, молоко,масло сливочное)	60	6,58	5,40	13,52	130,85	23,6
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	9,35
	ЧАЙ С САХАРОМ (чай,вода,сахар)	200	0,10	0,00	14,72	59,25	2,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,48	0,16	9,54	45,59	2,08
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,32	0,24	6,68	34,80	1,8
Итого за завтрак:	510	17,89	21,73	91,98	638,66	68,26	
обед	СУП С КРУПОЙ (картофель, пшено, морковь, лук, масло подсолн., вода)	200	1,49	4,20	9,79	83,04	6,74
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОР) (промышленное производство)	60	0,66	0,00	1,44	8,40	7,8
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ (КОТЛЕТЫ) (минтай, хлеб, молоко, сметана, томат, масло подсолн.)	100	14,06	11,19	17,92	232,56	34,49
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, лук, морковь, томат, вода, масло подсолн.)	150	3,23	10,58	22,66	203,34	24,51
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты,вода, сахар)	200	0,58	0,00	32,36	131,73	7,16
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,59	0,27	16,70	79,78	3,49
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,66	0,30	8,35	43,50	2,16
	МАНДАРИН * (промышленное производство)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	10,4
	Итого за обед:	870	25,07	26,74	116,72	820,35	96,75

Неделя 2 День 5 (пятница)	Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			ЭЦккал	Цена, руб.
Белки			Жиры	Углеводы			
завтрак	КАША вязкая "АРТЕКОВСКАЯ" (пшено,рис, молоко, масло сливочное)	230	9,61	8,35	54,61	333,25	30,53
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущ.молоком (молоко сгущ.,творог, рис, сахар,яйца, сметана, молоко,масло сливочное)	70	7,56	5,53	14,23	138,84	25,56
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	9,35
	ЧАЙ С САХАРОМ (чай,вода,сахар)	200	0,10	0,00	14,72	59,25	2,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,85	0,19	11,93	56,99	2,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,66	0,30	8,35	43,50	2,25
Итого за завтрак:	560	20,83	22,62	103,92	706,63	72,89	
обед	СУП С КРУПОЙ (картофель, пшено, морковь, лук, масло подсолн., вода)	250	1,88	5,24	12,26	103,79	8,43
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОР) (промышленное производство)	100	1,10	0,00	2,40	14,00	13
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ (КОТЛЕТЫ) (минтай, хлеб, молоко, сметана, томат, масло подсолн.)	140	15,22	13,35	16,46	251,26	37,47
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, лук, морковь, томат, вода, масло подсолн.)	180	3,85	12,61	27,10	242,86	29,27
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты,вода, сахар)	200	0,58	0,00	32,36	131,73	7,16
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	2,96	0,31	19,09	91,18	3,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,66	0,30	8,35	43,50	2,16
	МАНДАРИН* (промышленное производство)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	10,4
Итого за обед:	1035	28,05	32,01	125,52	916,32	111,88	

ЯБЛОКО * - допускается замена иными фруктами МАНДАРИН * - допускается замена иными фруктами

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, тушение, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

