



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
 на № 2 от 05 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			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША вязкая "АРТЕКОВСКАЯ" (пшено, рис, молоко, масло сливочное)	200	8,36	7,68	47,44	293,37	27,19
	Сыр [ПОРЦИЯМИ] (промышленное производство)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	8,71
	Масло [ПОРЦИЯМИ] (промышленное производство)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	7,15
	Чай с сахаром (чай, вода, сахар)	200	0,10	0,00	14,72	59,25	2,37
	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
	Яблоко * (промышленное производство)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,49
	Итого за завтрак:	560	14,03	19,68	88,26	591,21	59,79
обед	СУП с крупой (картофель, пшено, морковь, лук, масло подсолн., вода)	200	1,49	4,20	9,79	83,04	6,74
	ОВОЩИ натуральные соленые (ПОМИДОР) (промышленное производство)	60	0,66	0,00	1,44	8,40	7,8
	КОТЛЕТЫ или БИТОЧКИ рыбные с соусом томатным (КОТЛЕТЫ) (минтай, хлеб, молоко, сметана, томат, масло подсолн.)	110	11,27	11,19	12,57	200,08	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	10,49
Итого за обед:	880	22,28	26,74	111,37	787,87	96,84	

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			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША вязкая "АРТЕКОВСКАЯ" (пшено, рис, молоко, масло сливочное)	230	9,61	8,35	54,61	333,25	26,68
	Сыр [ПОРЦИЯМИ] (промышленное производство)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	8,71
	Масло [ПОРЦИЯМИ] (промышленное производство)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	7,15
	Чай с сахаром (чай, вода, сахар)	200	0,10	0,00	14,72	59,25	2,37
	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
	Яблоко * (промышленное производство)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,49
	Итого за завтрак:	600	15,99	20,44	99,49	651,19	60,25
обед	СУП с крупой (картофель, пшено, морковь, лук, масло подсолн., вода)	250	1,88	5,24	12,26	103,79	8,43
	ОВОЩИ натуральные соленые (ПОМИДОР) (промышленное производство)	100	1,10	0,00	2,40	14,00	1,3
	КОТЛЕТЫ или БИТОЧКИ рыбные с соусом томатным (КОТЛЕТЫ) (минтай, хлеб, молоко, сметана, томат, масло подсолн.)	120	12,55	12,92	13,87	222,25	37,47
	КАРТОФЕЛЬ и ОВОЩИ, тушенные в соусе (картофель, лук, морковь, томат, вода, масло подсолн.)	180	3,85	12,61	27,10	242,86	28,27
	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	2,18
	МАНДАРИН * (промышленное производство)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	10,49
Итого за обед:	1015	21,88	31,58	122,93	887,31	111,96	

ЯБЛОКО * - допускается замена любыми фруктами МАНДАРИН * - допускается замена любыми фруктами

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающего использование определенных способов приготовления.

Блюда, такие как варка, тушение, запекание и испечение продукты с раздражающими свойствами.

