



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
 На "14" 08 2023 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Неделя 1 День 2 (вторник)	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (промышленное производство)	80	1,50	0,10	3,15	19,40	15,99
	РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (минтай, вода, морковь, томат, масло подсолн., соль, сахар)	90	9,83	3,64	3,71	87,81	25,15
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль, вода)	140	2,96	4,92	19,99	136,52	21,52
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	9,35
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты, вода, сахар)	200	0,58	0,00	32,36	131,73	7,38
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,85	0,19	11,93	56,99	2,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,32	0,24	6,68	34,80	1,8
	Итого за завтрак:		535	18,09	17,34	77,9	542,05
обед	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томат, вода, масло подсолн., соль, сметана)	200	1,58	4,60	9,94	89,69	14,79
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подсолн.)	60	0,84	3,66	4,97	56,07	8,63
	КУЛЕШ С МЯСОМ ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ (крупа перловая, вода, мясо 1 кат., лук, масло подсолн.)	190	14,32	13,01	20,30	255,46	69,93
	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	3,75	3,01	24,42	141,00	15,18
	ПЕЧЕНЬЕ (промышленное производство)	25	1,88	2,45	18,60	104,25	6,19
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,22	0,23	14,32	68,39	2,99
	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:		830	27,05	27,46	108,4	796,36	130,26

Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Неделя 1 День 2 (вторник)	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (промышленное производство)	60	1,80	0,12	3,78	23,28	19,2
	РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (минтай, вода, морковь, томат, масло подсолн., соль, сахар)	120	13,13	4,91	4,99	117,56	32,64
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль, вода)	140	2,96	4,92	19,99	136,52	21,52
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	9,35
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты, вода, сахар)	200	0,58	0,00	32,36	131,73	7,38
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,22	0,23	14,32	68,39	3,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,66	0,30	8,35	43,50	2,25
	Итого за завтрак:		585	22,40	18,73	83,87	595,78
обед	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томат, вода, масло подсолн., соль, сметана)	250	1,98	5,75	12,41	112,12	18,48
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подсолн.)	100	1,42	6,09	8,28	93,46	14,39
	КУЛЕШ С МЯСОМ ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ (крупа перловая, вода, мясо 1 кат., лук, масло подсолн.)	220	16,55	15,11	23,51	296,04	80,93
	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	3,75	3,01	24,42	141,00	15,18
	ПЕЧЕНЬЕ (промышленное производство)	25	1,88	2,45	18,60	104,25	6,19
	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:		960	31	33,22	122,16	919,55	151,71

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.

