



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
 № 12 03 2023 год.

Неделя 1 День 4 (четверг)	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.	
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАНный (промышленное производство)	60	1,80	0,12	1,78	23,28	19,94	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (месо 1 кат., хлеб, молоко, масло сливочное, сыр, соус молочный)	90	10,60	12,96	9,69	220,06	40,89	
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, лук, капуста, масло подсолн., томат)	150	2,81	4,28	17,12	119,56	24,5	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай, лимон, сахар, вода)	200	0,16	0,01	14,92	61,56	4,9	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧный (промышленное производство)	25	1,85	0,19	11,93	56,99	2,6	
Итого за завтрак:	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,32	0,24	6,68	34,80	1,8	
		545	18,54	17,80	64,12	516,25	94,63	
	обед	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (мука, яйца, вода, соль, картофель, лук, масло подсолн.)	200	2,56	4,61	14,01	107,69	6,39
		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОР) (промышленное производство)	60	0,66	0,00	1,44	8,40	7,8
		БЕФСТРОГАНОВ (месо 1 кат., лук, масло подсолн., мука, сметана, томат, соль)	90	14,08	15,69	5,26	226,68	82,75
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное)		150	5,13	5,74	25,07	172,81	16,24	
СОК АБРИКОСОВый (промышленное производство)		200	0,97	0,00	24,64	106,70	16,2	
Итого за обед:	ЯБЛОКО * (промышленное производство)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,49	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧный (промышленное производство)	30	2,22	0,23	14,32	68,19	2,99	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	1,99	0,36	10,02	52,20	2,59	
		860	28,01	27,03	104,56	789,87	145,45	

Неделя 1 День 4 (четверг)	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.	
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАНный (промышленное производство)	100	3,00	0,20	6,30	38,80	32,01	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (месо 1 кат., хлеб, молоко, масло сливочное, сыр, соус молочный)	100	11,77	16,66	10,57	243,90	42,78	
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, лук, капуста, масло подсолн., томатный соус)	180	3,38	5,17	20,51	143,52	26,54	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай, лимон, сахар, вода)	200	0,16	0,01	14,92	61,56	4,9	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧный (промышленное производство)	25	1,85	0,19	11,93	56,99	2,6	
Итого за завтрак:	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,66	0,30	8,35	43,50	2,25	
		630	21,82	22,53	72,58	588,27	111,08	
	обед	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (мука, яйца, вода, соль, картофель, лук, масло подсолн.)	250	3,11	5,75	16,66	130,72	7,41
		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОР) (промышленное производство)	100	1,10	0,00	2,40	14,00	13
		БЕФСТРОГАНОВ (месо 1 кат., лук, масло подсолн., мука, сметана, томат, соль)	100	15,64	17,40	5,86	251,67	81,94
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное)		180	6,17	6,91	30,09	207,42	18,49	
СОК АБРИКОСОВый (промышленное производство)		200	0,97	0,00	24,64	106,70	16,2	
Итого за обед:	ЯБЛОКО * (промышленное производство)	120	0,48	0,48	11,76	58,40	12,58	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧный (промышленное производство)	40	2,96	0,31	19,09	81,18	3,98	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,66	0,30	8,35	43,50	2,16	
		1015	32,09	31,15	118,85	801,59	166,76	

ЯБЛОКО * - допускается замена яблоки фруктами МАНДАРИН * - допускается замена яблоки 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.

