



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
 На " 3 " 03 2023 год.

Неделя 1 День 5 (пятница)	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цен
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подсолн.)	50	0,71	3,05	4,14	46,73	
	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) с соусом томатным с овощами (мясо 1 кат., рис, лук, томат, масло сливочное, мука)	100	9,59	11,30	11,52	186,18	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, соль, масло сливочное)	140	4,12	4,77	18,65	133,77	
		200	1,36	0,39	22,12	98,94	
	СОК ВИШНЕВЫЙ (промышленное производство)	25	1,85	0,19	11,93	56,99	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,32	0,24	6,68	34,80	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	ЯБЛОКО * (промышленное производство)	635	19,35	20,34	84,84	604,41	
Итого за завтрак:							
обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, горох, лук, морковь, масло подсолн., соль, вода)	200	1,02	4,07	7,63	71,34	
	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) (морковь, лук, томат, масло подсолн., сахар)	60	1,24	2,98	6,26	58,00	
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (минтай, лук, молоко, масло сливочное, мука, вода)	220	17,93	16,94	20,68	307,84	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты, вода, сахар)	200	0,58	0,00	32,36	131,73	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	2,96	0,31	19,09	91,18	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,66	0,30	8,35	43,50	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	
	МАНДАРИН * (промышленное производство)	845	26,19	24,80	101,87	741,59	
Итого за обед:							

Неделя 1 День 5 (пятница)	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цен
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подсолн.)	60	0,84	3,66	4,97	56,07	
	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) с соусом томатным с овощами (мясо 1 кат., рис, лук, томат, масло сливочное, мука)	115	11,57	13,19	13,41	218,69	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, соль, масло сливочное)	150	4,43	5,16	19,98	143,83	
		200	1,36	0,39	22,12	98,94	
	СОК ВИШНЕВЫЙ (промышленное производство)	25	1,85	0,19	11,93	56,99	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,66	0,30	8,35	43,50	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	ЯБЛОКО * (промышленное производство)	675	22,1	23,3	90,6	665,0	
Итого за завтрак:							
обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, горох, лук, морковь, масло подсолн., соль, вода)	250	1,27	5,07	9,54	89,18	
	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) (морковь, лук, томат, масло подсолн., сахар)	100	2,06	4,97	10,46	96,79	
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (минтай, лук, молоко, масло сливочное, мука, вода)	250	20,27	17,57	23,12	332,65	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты, вода, сахар)	200	0,58	0,00	32,36	131,73	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	2,96	0,31	19,09	91,18	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,66	0,30	8,35	43,50	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	
	МАНДАРИН * (промышленное производство)	965	29,60	28,42	110,42	823,03	
Итого за обед:							

*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.

