



Ежедневное меню основного (организационного) питания обучающихся  
 в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов  
 на № 12 \* 05.07.2020 2023 год.

Неделя вторая  
 День десятый (четверг)  
 Сезон: осенний

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обучающиеся 7-11 лет, в том числе детей с ОВЗ, дети-инвалиды							
завтрак	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,50	0,10	1,50	8,40	7,48
	Гуляш (свинина, лук, томат, масло растит.)	90	12,10	15,40	2,80	203,60	58,12
	Каша гречневая вязкая(крупа гречневая, вода, масло сливочное)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	13,96
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,20	19,60	83,40	19,52
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,36
	Хлеб ржаной(промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,43
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>540</b>	<b>18,60</b>	<b>20,40</b>	<b>67,90</b>	<b>533,60</b>	<b>101,87</b>
обед	Салат из белокачанной капусты(капуста,лук,масло растит.)	60	0,90	3,00	5,30	53,00	5,07
	Тефтели мясные 2 вариант(свинина, рис, лук, масло растит., сметана, томат)	110	11,10	13,80	11,40	204,60	35,27
	Каша ячневая вязкая(крупа ячневая, вода, масло сливочное)	150	4,40	3,60	29,20	134,80	12,63
	Рассольник ленинградский(картофель, крупа перловая, морковь, лук, огурец соленый, масло растит.)	200	1,80	4,20	13,10	97,70	8,12
	Компот из смеси сухофруктов(вода, сухофрукты, сахар, лимон. к-та)	200	0,00	0,00	19,40	77,40	6,49
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	40	3,10	0,20	20,10	94,70	2,72
Хлеб ржаной(промышленное производство)	30	2,00	0,30	12,70	61,20	2,15	
<b>Итого за обед:</b>		<b>790</b>	<b>23,30</b>	<b>25,10</b>	<b>111,20</b>	<b>723,40</b>	<b>72,45</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети ОВЗ, дети-инвалиды							
завтрак	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,8	0,1	2,5	14,0	12,47
	Гуляш (свинина, лук, томат, масло растит.)	100	13,4	17,7	3,4	248,9	64,58
	Каша гречневая вязкая(крупа гречневая, вода, масло сливочное)	180	2,6	5,3	30,6	180,0	16,75
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,9	0,2	17,6	75,1	17,57
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2,72
	Хлеб ржаной(промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,43
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>620</b>	<b>22,10</b>	<b>23,70</b>	<b>82,70</b>	<b>653,50</b>	<b>115,52</b>
обед	Салат из белокачанной капусты(капуста,лук,масло растит.)	100	1,5	5,1	8,9	88,3	8,45
	Тефтели мясные 2 вариант(свинина, рис, лук, масло растит., сметана, томат)	110	11,1	13,8	11,4	204,6	35,27
	Каша ячневая вязкая(крупа ячневая, вода, масло сливочное)	180	5,3	4,3	35,0	161,8	15,16
	Рассольник ленинградский(картофель, крупа перловая, морковь, лук, огурец соленый, масло растит.)	250	2,2	5,2	16,4	122,2	10,15
	Компот из смеси сухофруктов(вода, сухофрукты, сахар, лимон. к-та)	200	0,0	0,0	19,4	77,4	6,49
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	50	3,8	0,3	25,1	118,4	3,4
Хлеб ржаной(промышленное производство)	30	2,0	0,3	12,7	61,2	2,15	
<b>Итого за обед:</b>		<b>920</b>	<b>25,90</b>	<b>29,00</b>	<b>128,90</b>	<b>833,90</b>	<b>81,07</b>

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли  
 Яблоко, слива, груша\* - допускается выдача иных фруктов



