



**Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов**

На № 13 от 07 2024 год.

Неделя 2							
Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, горошек консерв., яблоки, лук репчатый, масло подсолн., соль)	60	0,3	3,7	4,6	55,7	15,19
	ПЛОВ ИЗ мяса (свинина 1 кат., крупа рисовая, вода, лук репчатый, морковь, масло подсолн., соль)	160	11,7	13,52	27,68	331,2	68,7
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	4,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	110	0,4	0,4	10,8	48,4	19,44
Итого за завтрак:		580	16,6	18,22	75,38	586,2	114,77
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	60	0,5	0,1	1	6,6	14,82
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	200	1,5	3,5	5,6	60	12,8
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подсолн., соль)	100	14,9	18	30,5	299,8	80,69
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	150	5,6	5	29,6	184,5	11,37
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5	4,04	
Итого за обед:		775	27,7	37,5	130,7	704	140,78
Неделя 2							
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, горошек консерв., яблоки, лук репчатый, масло подсолн., соль)	100	0,4	6,1	7,6	92	15,19
	ПЛОВ ИЗ мяса (свинина 1 кат., крупа рисовая, вода, лук репчатый, морковь, масло подсолн., соль)	200	14,6	16,9	34,6	368	85,58
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	4,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	100	0,4	0,4	9,8	44	17,68
Итого за завтрак:		650	19,6	24	84,3	655,4	129,89
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	100	0,8	0,1	1,7	11	24,7
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75	16,09
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подсолн., соль)	110	16,4	19,8	33,6	329,9	92,05
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	13,65
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5	4,04	
Итого за обед:		905	31	31,1	131,3	880,4	176,09

\* - допускается выдать вместо фруктов.

\*\* - допускается выдать вместо овощей.

Приготовление пищи ведется с использованием водородной соли.

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



