



Сбалансированное меню основного (организационного) питания обучающихся
 в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов
 № В.000000 2023 год.

Неделя вторая
 День одиннадцатый (пятница)
 Сезон: осенний

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Пудинг из творога с рисом со сгущенным молоком(творог, рис, сахар, яйца, масло слив., сметана, молоко, мука)	150	15,50	8,00	37,20	294,10	85,39
	Сыр (порциями)(промышленное производство)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	8,97
	Масло (порциями)(промышленное производство)	10	0,10	8,30	0,10	74,80	17,23
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,36
	Чай с лимоном(чай, вода, сахар, лимон)	200	0,20	0,00	10,10	42,20	4
	Плоды и ягоды свежие (яблоко)*(промышленное производство)	110	0,40	0,40	10,80	51,70	14,53
Итого за завтрак:		500	20,00	19,80	68,20	546,60	111,48
обед	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,70	0,10	2,30	14,40	7,19
	Борщ с капустой и картофелем(свекла, картофель, морковь, лук, томат, капуста, масло растит.)	200	1,50	4,00	10,00	82,70	8,91
	Котлеты рубленые из птицы(куры, хлеб, молоко, сухари паниров., масло растительное)	100	14,90	18,00	14,50	279,70	48,4
	Пюре картофельное(картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,20	5,30	21,40	146,30	20,78
	Компот из яблок и ягод замороженных (яблоки свеж., ягоды заморж., вода, сахар)	200	0,10	0,10	10,90	45,00	9,99
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	50	3,80	0,30	25,10	118,40	2,05
	Хлеб ржаной(промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,43
	Плоды и ягоды свежие (груша)*(промышленное производство)	120	0,50	0,30	12,00	54,70	37,19
Итого за обед:		900	26,00	28,30	104,70	782,00	135,94

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена в руб.	
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак	Пудинг из творога с рисом со сгущенным молоком(творог, рис, сахар, яйца, масло слив., сметана, молоко, мука)	200	20,7	10,7	49,6	392,3	87,19	
	Масло (порциями)(промышленное производство)	15	0,1	12,4	0,1	112,2	25,85	
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	20	1,5	0,1	10,0	47,4	1,36	
	Чай с лимоном(чай, вода, сахар, лимон)	200	0,2	0,0	10,1	42,2	4	
	Плоды и ягоды свежие (яблоко)*(промышленное производство)	115	0,5	0,5	11,3	54,1	15,19	
	Итого за завтрак:		550	23,00	23,70	81,10	648,20	133,58
обед	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	24,0	11,98	
	Борщ с капустой и картофелем(свекла, картофель, морковь, лук, томат, капуста, масло растит.)	250	1,9	5,0	12,5	103,4	11,14	
	Котлеты рубленые из птицы(куры, хлеб, молоко, сухари паниров., масло растительное)	100	14,9	18,0	14,5	279,7	48,4	
	Пюре картофельное(картофель, молоко, масло сливочное)	180	3,8	6,3	25,7	175,5	24,94	
	Соус томатный	30	0,3	1,5	2,0	23,4	4,76	
	Компот из яблок и ягод замороженных (яблоки свеж., ягоды заморж., вода, сахар)	200	0,1	0,1	10,9	45,0	9,99	
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	40	3,1	0,2	20,1	94,7	1,64	
	Хлеб ржаной(промышленное производство)	30	2,0	0,3	12,7	61,2	2,15	
	Плоды и ягоды свежие (груша)*(промышленное производство)	100	0,4	0,3	10,0	45,6	30,99	
	Итого за обед:		1030	27,60	31,90	112,20	852,50	145,99

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



