



**Ежедневные меню основных (организационного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов**
№ 19 72 2022 г.

Подпись 2										
Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды										
Дата 9	Четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб		
				Белки	Жиры	Углевод ы				
Завтрак		САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ДУКОМ (огурцы солен., лук репч., масло слив.)	60	0,5	3,6	1,6	40,8	16,72		
		ПЕЧЕНЬ РЫБНАЯ (фарш рыбный, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, сметана, яйцо, вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	9,5	9	12	166,5	22,68		
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	150	4,1	6	8,7	105	19,98		
		НАПИТОК ИЗ ШИЗОНИКА (шизоник сухой, вода, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	78	11,37		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,9	0,2	15,3	58,5	3,42		
		ХЛЕБ РЖАНЫЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23		
		Итого за завтрак:	565	18,3	19,4	63,9	490	77,4		
		Обед		САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАРАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная кислота, масло слив., соль)	70	1	4,2	5,9	65,9	9,83
				РАССОЛЫВКА ЛЕГКОТРАВЯНАЯ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	200	2,1	4,1	10,6	87,6	11,96
				ГУДШИ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло слив., мука пш., соль)	100	10,6	14,9	2,9	309	61,25
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПЯЖЛАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	155			2,3	4,6	26,4	155,2	15,07		
КОМБОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоко, вода, сахар, кислота лимонная)	200			0,1	0,1	11,1	46	15,65		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50			3,8	0,4	24,6	117	6,85		
ХЛЕБ РЖАНЫЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,36				
Итого за обед:	815	23,1	28,9	97,5	863,1	127,07				
Подпись 2										
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды										
Дата 9	Четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб		
				Белки	Жиры	Углевод ы				
Завтрак		САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ДУКОМ (огурцы солен., лук репч., масло слив.)	100	0,8	6	2,6	68	22,94		
		ПЕЧЕНЬ РЫБНАЯ (фарш рыбный, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, сметана, яйцо, вода, томатное пюре, сметана, соль)	120	10,4	9,7	13,1	182,4	24,95		
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	180	4,9	7,2	10,4	126,1	24,03		
		НАПИТОК ИЗ ШИЗОНИКА (шизоник сухой, вода, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	78	11,37		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48		
		ХЛЕБ РЖАНЫЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46		
		Итого за завтрак:	680	23	24,1	80,1	630,5	85,23		
		Обед		САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАРАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная кислота, масло слив., соль)	100	1,5	6	8,4	94,1	14,05
				РАССОЛЫВКА ЛЕГКОТРАВЯНАЯ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	250	2,6	5,1	13,3	109,5	12,1
				ГУДШИ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло слив., мука пш., соль)	110	11,7	15,3	4,2	350,3	75,82
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПЯЖЛАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	200			2,9	5,9	34,06	200,1	19,43		
КОМБОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоко, вода, сахар, кислота лимонная)	200			0,1	0,1	11,1	46	15,65		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45			3,4	0,4	22,1	103,3	6,16		
ХЛЕБ РЖАНЫЙ (промышленное производство)	40			3,2	0,6	16	82,4	7,26		
Итого за обед:	945	25,4	33,4	109,16	857,9	150,43				

Примечание: цены указаны с включением взысканий за доставку.
 Питание обучающихся осуществляется по принципу свободного выбора, предусмотренного включением определенных способов приготовления.



