



И.И. Коллов



Директор

Ежедневное меню основного (организационного) питания обучающихся в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов № 2 от 17.11.2023 год.

Модель вторая  
День сидельной (вторник)  
Сезон: осенний

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Салат «икольные годы»(огурцы, капуста, помидоры, масло растит.)	60	0,90	3,00	2,60	47,30	7,44
	Рыба, запеченная с томатами(минтай, помидор, лук, чеснок, сыр, масло растит.)	105	10,60	8,70	1,60	129,20	44,39
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив.)	150	3,20	5,30	21,40	146,30	20,78
	Компот из свежих плодов (1-ый вариант)(яблоки, вода, сахар, лимон.к-та)	200	0,20	0,20	27,00	111,10	8,01
	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>		555	17,7	17,52	71,07	522,05
обед	Салат из моркови с яблоками или черносливом(морковь, яблоки, сахар)	60	0,60	0,10	5,20	25,20	8,6
	Борщ с капустой и картофелем(свекла, картофель, морковь, лук, томат, масло растит.)	200	1,50	4,00	10,00	82,70	8,61
	Плов (свинина, рис, лук, морковь, масло растит.)	180	20,40	20,90	31,50	396,40	93,32
	Кисель из яблок (яблоки, сахар, крахмал, вода, лимон.к-та)	200	0,10	0,10	28,30	115,40	8,21
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	40	3,10	0,20	20,10	94,70	2,05
	Хлеб ржаной(промышленное производство)	30	2,00	0,30	12,70	61,20	2,15
	<b>Итого за обед:</b>		710	27,70	25,60	107,80	775,60

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Салат «икольные годы»(огурцы, капуста, помидоры, масло растит.)	100	1,5	5,0	4,4	78,9	12,4
	Рыба, запеченная с томатами(минтай, помидор, лук, чеснок, сыр, масло растит.)	105	10,6	8,7	1,6	129,2	44,39
	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло слив.)	180	3,8	6,3	25,7	175,5	24,94
	Компот из свежих плодов (1-ый вариант)(яблоки, вода, сахар, лимон.к-та)	200	0,2	0,2	27,0	111,1	8,01
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71,0	2,04
	Хлеб ржаной(промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,43
	<b>Итого за завтрак:</b>		635	19,70	20,62	82,27	606,45
обед	Салат из моркови с яблоками или черносливом(морковь, яблоки, сахар)	100	1,1	0,2	8,6	42,0	14,33
	Борщ с капустой и картофелем(свекла, картофель, морковь, лук, томат, масло растит.)	250	1,9	5,0	12,5	103,4	10,76
	Плов (свинина, рис, лук, морковь, масло растит.)	240	20,8	27,3	42,0	575,2	124,43
	Кисель из яблок (яблоки, сахар, крахмал, вода, лимон.к-та)	200	0,1	0,1	28,3	115,4	8,21
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2,05
	Хлеб ржаной(промышленное производство)	30	2,0	0,3	12,7	61,2	2,15
	<b>Итого за обед:</b>		860	29,00	33,10	124,20	991,90

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





