



Неделя первая
 День второй (вторник)
 Сезон: осенний

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
			Обучающиеся 7-11 лет в том числе детей с ОВЗ, дети-инвалиды				
завтрак	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,70	0,30	2,30	14,40	7,35
	Гуляш (свинина, лук, томат, масло растит.)	90	12,30	15,40	2,80	205,40	98,10
	Макаронные изделия отварные (макаронн., масло слив., соль)	150	5,30	4,80	33,60	106,10	105,70
	Компот из яблок и ягод замороженных (яблоки свеж., ягоды заморж., вода, сахар)	200	0,10	0,10	11,90	45,70	5,85
	Хлеб пшеничный (промышленное производство)	30	1,50	0,10	10,20	47,40	1,26
	Хлеб ржаной (промышленное производство)	20	1,30	0,20	6,50	40,80	1,45
Итого за завтрак:		540	21	20,7	68,1	350,5	91,8
обед	Салат из свежих огурцов (огурцы, лук, масло растит.)	70	0,50	4,30	1,70	47,10	10,50
	Суп картофельный с крупой (картофель, крупа, морковь, лук, масло растит.)	200	2,10	2,30	15,80	50,60	5,80
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай, морковь, лук, томат, масло растит.)	130	13,20	7,10	6,90	140,80	50,70
	Рис припущенный (рис, вода, масло сливочное)	150	3,60	4,70	37,70	207,70	20,20
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, вода, сахар)	200	2,80	2,50	13,60	88,00	19,55
	Хлеб пшеничный (промышленное производство)	40	2,10	0,10	10,10	44,70	2,70
	Хлеб ржаной (промышленное производство)	20	1,30	0,10	6,50	40,80	1,45
	Вафли (промышленное производство)	20	0,60	0,70	15,50	70,80	1,28
Итого за обед:		830	27,2	32	119,8	785,6	115,50

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич.	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
			Обучающиеся 12 лет и старше в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды				
завтрак	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	24,0	11,35
	Гуляш (свинина, лук, томат, масло растит.)	100	13,4	17,7	3,4	248,9	84,85
	Макаронные изделия отварные (макаронн., масло слив., соль)	180	6,4	5,8	41,8	242,1	16,45
	Компот из яблок и ягод замороженных (яблоки свеж., ягоды заморж., вода, сахар)	200	0,1	0,1	11,9	45,7	5,85
	Хлеб пшеничный (промышленное производство)	30	1,5	0,1	10,2	47,4	1,26
	Хлеб ржаной (промышленное производство)	15	1,0	0,1	6,4	30,6	1,07
Итого за завтрак:		615	23,50	24	76,5	638	135,40
обед	Салат из свежих огурцов (огурцы, лук, масло растит.)	100	0,8	6,1	2,4	67,2	15,45
	Суп картофельный с крупой (картофель, крупа, морковь, лук, масло растит.)	250	2,6	2,8	18,8	115,7	7,1
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай, морковь, лук, томат, масло растит.)	150	15,2	8,1	7,8	167,2	60,85
	Рис припущенный (рис, вода, масло сливочное)	180	4,3	5,7	45,3	245,2	24,25
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, вода, сахар)	200	2,8	2,5	13,6	88,0	19,55
	Хлеб пшеничный (промышленное производство)	30	2,3	0,2	10,1	71,2	2,34
	Хлеб ржаной (промышленное производство)	20	1,3	0,2	6,5	40,8	1,45
	Вафли (промышленное производство)	30	0,8	1,0	23,2	106,2	11,07
Итого за обед:		960	30,1	26,6	138,8	808,1	138,40

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.



