



**Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов**
На « 22 » 12 2024 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды										
Неделя 1	День 5	Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
					Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (капуста кв., лук репч., сахар, масло подсол.)			60	1	3,6	4,9	56,4	6,69	
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ (кури 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза консерв., вода, масло подсол., соль)			180	12,5	13,9	32,2	294,8	91,67	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ и (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)			200	2,8	2,5	13,6	88	18,42	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)*			100	0,8	0,2	7,5	38	17,68	
	Итого за завтрак:				580	20,2	20,7	76	565,2	140,43
	Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) и (огурцы)**			60	0,5	0,1	1	6,6	15,56
		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
		ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (кури 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)			100	12,6	15,2	8,1	265,4	78,43
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек консерв., масло сл., соль)			150	4,1	5,8	23,8	112,9	51,68		
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)			200	1	0,2	20,2	86	20,54		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			50	3,8	0,4	24,6	117	6,85		
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			35	2,8	0,5	14	72,1	5,65		
Итого за обед:				795	26,3	25,7	97,3	720	191,51	
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды										
Неделя 1	День 5	Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
					Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (капуста кв., лук репч., сахар, масло подсол.)			100	1,6	6	8,2	94	11,16	
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ (кури 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза консерв., вода, масло подсол., соль)			200	13,9	14,99	35,8	327,6	95,75	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ и (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)			180	2,5	2,3	12,2	79,2	16,62	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)*			100	0,8	0,2	7,5	38	17,68	
	Итого за завтрак:				640	23,4	24,09	91,4	673,6	149,92
	Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) и (огурцы)**			100	0,8	0,1	1,7	11	25,93
		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
		ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (кури 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)			110	13,8	16,7	8,9	292	85,27
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек консерв., масло сл., соль)			200	5,5	7,7	31,8	150,5	68,76		
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)			200	1	0,2	20,2	86	20,54		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			50	3,8	0,4	24,6	117	6,85		
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			40	3,2	0,6	16	82,4	6,46		
Итого за обед:				950	30	30,1	110,2	813,9	229,9	

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

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



