



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
На «24» 09 2024 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды								
Неделя 1	День 3	Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб
					Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, сахар, яйца, масло подсолнечное, мука пш.)			180	14,4	14,4	42,7	72,1
	МОЛОКО СТУЩЕННОЕ (промышленное производство)			15	1,1	1,3	8,3	10,52
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)			200	0,2	0,1	9,3	1,55
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			20	1,5	0,2	9,8	2,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			20	1,6	0,3	8	3,23
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*			100	0,4	0,4	9,8	17,68
	Итого за завтрак:			535	19,2	16,7	87,9	107,82
Обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь, капуста б/к, яблоко, лимон)			60	0,7	0,1	4,4	9,51
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)			200	2,1	4,1	10,6	11,96
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолнечное, томатное пюре, мука пш.)			200	13,3	17,5	29,8	89,33
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)			200	0,2	0,2	23,8	20,08
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			40	3	0,3	19,7	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			25	2	0,4	10	4,04
	ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***			20	1,1	0,9	14,8	4,7
Итого за обед:			745	22,4	23,5	113,1	145,1	
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды								
Неделя 1	День 3	Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб
					Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, сахар, яйца, масло подсолнечное, мука пш.)			200	15,9	15,9	47,4	84,33
	МОЛОКО СТУЩЕННОЕ (промышленное производство)			15	1,1	1,3	8,3	10,52
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)			200	0,2	0,1	9,3	1,55
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			30	2,3	0,2	14,8	4,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			20	1,6	0,3	8	3,23
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*			100	0,4	0,4	9,8	17,68
	Итого за завтрак:			565	21,5	18,2	97,6	121,42
Обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь, капуста б/к, яблоко, лимон)			110	1,3	0,2	8,1	17,44
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)			250	2,6	5,1	13,3	14,94
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолнечное, томатное пюре, мука пш.)			220	14,7	19,2	32,8	95,26
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)			200	0,2	0,2	23,8	20,08
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			40	3	0,3	19,7	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			40	3,2	0,6	16	6,46
	ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***			20	1,1	0,9	14,8	4,7
Итого за обед:			880	26,1	26,5	128,5	164,36	

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам здорового питания, предусматривающим использование определенных способов



