



Индивидуальное меню основного (организационного) питания обучающихся в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов  
 № \_\_\_\_\_ 2023 год.

Неделя вторая  
 День восьмой (вторник)  
 Сезон: осенний

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе детей с ОВЗ, дети-инвалиды							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Салат «школьные 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>		<b>555</b>	<b>17,7</b>	<b>17,52</b>	<b>71,07</b>	<b>522,05</b>	<b>83,41</b>
обед	Салат из моркови с яблоками или черносливом(морковь, яблоки, сахар)	60	0,60	0,10	5,20	26,20	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>		<b>710</b>	<b>27,70</b>	<b>25,60</b>	<b>107,80</b>	<b>775,60</b>	<b>122,94</b>

Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети ОВЗ, дети-инвалиды							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Салат «школьные 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>		<b>635</b>	<b>19,70</b>	<b>20,62</b>	<b>82,27</b>	<b>606,45</b>	<b>93,37</b>
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	10,78
	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>		<b>860</b>	<b>29,00</b>	<b>33,10</b>	<b>124,20</b>	<b>991,90</b>	<b>161,93</b>

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





