



Сбалансированное меню основного (образовательного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
Школа № 25 от 2023 года.

Наименование блюда		Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭН, ккал	Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Запрос	ОБЛОБИ СВЕЖИЕ (ПОРФИРЯМ) (пастеризован)**	60	0,4	0,1	1,1	6,8	9,18	
	НАЛОМКИ ХРУСТИЯКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, хлеб пш., яйца, сливочное масло, соль, перец молот.)	110	9,5	11	12	166,5	45,27	
	ПРОТ. КАРСОНЬЯНОВЕ (картофель, лук, морковь, яйца св., смет.)	150	4,1	6	8,7	105	19,98	
	СОУС ПИРАШЕНЬИ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., яйцо куриц., соль)	30	0,3	1	1,4	15,7	3,24	
	КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, корица молотая)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24	
	ХЛЕБ ПИРАШЕНЬИ (дрожжевое изделие)	30	2,3	0,2	19,8	70,2	4,11	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (дрожжевое изделие)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
	Итого за завтрак:	600	18,8	18,7	66,1	489,2	102,33	
	Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (пастеризованное молоко, яблоки, сливочное масло, сметана)	60	0,7	3,1	3,3	43,8	9,49
		СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, морковь, яйца, масло сливочное, соль)	200	3	2,1	8,9	71,4	10,36
МЯСО СУШЕНОЕ (говядина 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатное пюре, мука пш., соль)		90	9,5	16,1	2,3	274,5	91,74	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЫЖКА И (крупа пшеничная, вода, масло сл.)		150	3,9	3,2	24,1	137,1	7,16	
ЧАЙ С ЛИМОННОМ (вода, сахар, чай зеленый, лимон)		200	0,3	0,1	9,5	40	4,1	
ХЛЕБ ПИРАШЕНЬИ (дрожжевое изделие)		40	3,8	0,4	24,6	117	6,85	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (дрожжевое изделие)		35	2,8	0,5	15	72,1	5,65	
Итого за обед:	120	0,5	0,5	11,8	52,8	16,73		
Итого за обеда:	905	23,5	27,2	97,9	605,7	135,68		

Наименование блюда		Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭН, ккал	Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Запрос	ОБЛОБИ СВЕЖИЕ (ПОРФИРЯМ) (пастеризован)**	100	0,7	0,1	1,9	11	15,31	
	НАЛОМКИ ХРУСТИЯКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, хлеб пш., яйца, сливочное масло, соль, перец молот.)	110	9,5	11	12	166,5	45,27	
	ПРОТ. КАРСОНЬЯНОВЕ (картофель, лук, морковь, яйца св., смет.)	180	4,9	7,2	10,4	126,1	24,01	
	СОУС ПИРАШЕНЬИ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., яйцо куриц., соль)	30	0,3	1	1,4	15,7	3,24	
	КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, корица молотая)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24	
	ХЛЕБ ПИРАШЕНЬИ (дрожжевое изделие)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (дрожжевое изделие)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
	Итого за завтрак:	680	20,6	20	73,5	577,9	119,78	
	Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (пастеризованное молоко, яблоки, сливочное масло, сметана)	100	1,2	5,1	5,5	73	15,81
		СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, морковь, яйца, масло сливочное, соль)	250	2,5	3,9	11,1	89,3	12,96
МЯСО СУШЕНОЕ (говядина 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатное пюре, мука пш., соль)		100	10,6	18,2	2,6	305	99,28	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЫЖКА И (крупа пшеничная, вода, масло сл.)		180	4,7	3,5	27,7	154,5	8,59	
ЧАЙ С ЛИМОННОМ (вода, сахар, чай зеленый, лимон)		200	0,3	0,1	9,5	40	4,1	
ХЛЕБ ПИРАШЕНЬИ (дрожжевое изделие)		55	4,2	0,4	27,1	128,7	7,53	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (дрожжевое изделие)		40	3,2	0,6	16	82,1	6,46	
Итого за обеда:	120	0,5	0,5	11,8	52,8	16,73		
Итого за обеда:	1045	27,2	32,2	111,3	927,7	171,48		

* - минеральная вода питьевая (фрута).

** - обезжиренная сметана пшеничной муки.

При приготовлении пищи используется только пищевая сода.

Меню обучающихся осуществляется до прихода родителей на родительский вечер, при этом учитываются индивидуальные особенности обучающихся.



