



В.И. Кокалов

Ежедневное меню основного (организационного) питания обучающихся в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов



Неделя вторая
День восьмой (среда)
Сезон: осенний

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе детей с ОВЗ, дети-инвалиды							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Салат из свеклы с зеленым горошком (свекла, горошек зеленый, яблоки, лук, масло растит.)	60	1,00	2,50	4,90	46,20	11,16
	Омлет натуральный (яйца, молоко, масло сливочное)	150	13,90	14,50	2,60	216,90	56,23
	Чай с сахаром(чай, вода, сахар)	200	0,10	0,00	14,70	59,30	9,99
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	30	2,30	0,20	15,10	71,00	1,36
	Хлеб ржаной(промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,43
	Фрукты и ягоды свежие (слива)(промышленное производство)	100	0,80	0,30	9,30	47,50	18,08
	Вафли (промышленное производство)	20	0,80	0,70	15,50	70,80	7,38
Итого за завтрак:		580	20	18,4	70,6	552,5	105,63
обед	Салат из свежих помидоров(помидоры, лук, масло растит.)	60	0,70	3,70	2,10	46,50	5,98
	Суп картофельный с бобовыми(картофель, горох, морковь, лук, масло растит.)	200	4,60	4,30	15,10	117,70	5,8
	Жаркое по-домашнему(свинина, картофель, лук, томат, масло раст.)	200	18,80	14,30	25,80	307,00	69,93
	Компот из свежих плодов (1-й 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)	40	2,60	0,40	17,00	81,60	2,86
	Итого за обед:		720	28,40	23,00	97,00	710,30

Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети ОВЗ, дети-инвалиды							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Цена в руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Салат из свеклы с зеленым горошком (свекла, горошек зеленый, яблоки, лук, масло растит.)	100	1,6	4,2	8,1	76,9	18,6
	Омлет натуральный (яйца, молоко, масло сливочное)	200	18,6	19,3	4,9	288,5	74,97
	Чай с сахаром(чай, вода, сахар)	200	0,1	0,0	14,7	59,3	9,99
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0,91
	Фрукты и ягоды свежие (слива)(промышленное производство)	100	0,8	0,3	17,3	47,6	18,08
	Вафли (промышленное производство)	20	0,6	0,7	15,5	70,8	7,38
	Итого за завтрак:		640	23,2	24,6	70,5	590,5
обед	Салат из свежих помидоров(помидоры, лук, масло растит.)	100	1,1	6,2	3,5	75,8	9,97
	Суп картофельный с бобовыми(картофель, горох, морковь, лук, масло растит.)	250	5,7	5,4	18,9	147,2	7,25
	Жаркое по-домашнему(свинина, картофель, лук, томат, масло раст.)	220	20,7	15,7	28,1	337,7	76,82
	Компот из свежих плодов (1-й вариант)(яблоки, вода, сахар, лимон. к-та)	200	0,2	0,2	27,0	111,1	8,01
	Хлеб пшеничный(промышленное производство)	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2,72
	Хлеб ржаной(промышленное производство)	30	2,0	0,3	12,7	61,2	2,15
	Итого за обед:		640	32,00	28,00	110,00	527,70

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



