



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
На « 22 » 11 2023 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды									
Неделя 2	День 7	Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
					Белки	Жиры	Углевод м		
Завтрак			ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со ступенчатым молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко ступенчатое)	150	15,5	8	37,2	294,1	36,28
			МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10,64
			ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	4,1
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11
			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	110	0,4	0,4	10,8	48,4	15,33
			Итого за завтрак:	500	18,6	16	72,4	518,8	70,46
Обед			ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	60	0,5	0,1	1	6,6	14,82
			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
			КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подсол., соль)	100	14,9	18	30,5	299,8	55,39
			МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	150	5,6	5	29,6	184,5	11,37
			КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
Итого за обед:	775	27,7	27,5	120,2	794	123,98			
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды									
Неделя 2	День 7	Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
					Белки	Жиры	Углевод м		
Завтрак			ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со ступенчатым молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко ступенчатое)	200	20,5	10,7	49,6	392,3	42,8
			МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10,64
			ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	4,1
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74
			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	16,73
			Итого за завтрак:	550	22,9	18,8	80,8	598	77,01
Обед			ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	100	0,8	0,1	1,7	11	24,7
			БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75	13,09
			КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подсол., соль)	110	16,4	19,8	33,6	329,9	65,8
			МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	13,65
			КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	5,48
Итого за обед:	925	32,6	31,4	139,7	923	146,84			

* - 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



