



УТВЕРЖДАЮ
ИП Коалов В.И.
В.И. Коалов



СОГЛАСОВАНО
Директор

Ежедневное меню основного (организационного) питания обучающихся в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов
№ с. 28 от 11.10.2023 г.

Неделя вторая
День седьмой (вторник)
Сезон: осенний

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая | 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 |
| Итого за завтрак: | | 555 | 17,7 | 17,52 | 71,07 | 522,05 | 65,41 |
| обед | Салат из моркови с яблоками или черносливом(морковь, яблоки, сахар) | 60 | 0,60 | 0,10 | 5,20 | 25,20 | 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 |
| Итого за обед: | | 710 | 27,70 | 25,60 | 107,80 | 775,60 | 122,94 |

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая | 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 |
| Итого за завтрак: | | 635 | 19,70 | 20,62 | 82,27 | 606,45 | 93,21 |
| 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 | 10,76 |
| | 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 |
| Итого за обед: | | 860 | 29,00 | 33,10 | 124,20 | 991,90 | 161,93 |

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





Активация
Чтобы активировать