



**Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов**
На 8 12 2023 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Неделя 1 День 5 Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (капуста кв., лук репчат., сахар, масло подсол.)	60	1	3,6	4,9	56,4	6,69
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза консерв., вода, масло подсол., соль)	180	12,5	13,9	32,2	294,8	71,65
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ и (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	20,42
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (магдарина)*	100	0,8	0,2	7,5	38	17,68
Итого за завтрак:		580	20,2	20,7	76	565,2	122,41
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы)**	60	0,5	0,1	1	6,6	15,56
	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
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	100	12,6	15,2	8,1	265,4	62,43
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек консерв., масло сл., соль)	150	4,1	5,8	23,8	112,9	19,2
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	6,85
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	5,65	
Итого за обед:		795	26,3	25,7	97,3	720	132,73
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Неделя 1 День 5 Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (капуста кв., лук репчат., сахар, масло подсол.)	100	1,6	6	8,2	94	11,16
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза консерв., вода, масло подсол., соль)	200	13,9	14,99	35,8	327,6	99,97
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ и (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	180	2,5	2,3	12,2	79,2	20,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (магдарина)*	100	0,8	0,2	7,5	38	17,68
Итого за завтрак:		640	23,4	24,09	91,4	673,6	157,82
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы)**	100	0,8	0,1	1,7	11	25,93
	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
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	110	13,8	16,7	8,9	292	72,4
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек консерв., масло сл., соль)	200	5,5	7,7	31,8	150,5	26,1
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	6,85
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46	
Итого за обед:		950	30	30,1	110,2	813,9	161,07

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей.

Приготовление пищи ведется с использованием водопроводной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам правильного питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления.



