



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

На 28 04 2025 год.



Неделя 2		Обучающиеся 7-11 лет						
День 7	Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа пшеничная, молоко, масло сл.)	200	8,2	6,4	36,9	239,5	50,9
		МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10
		СЫР (ПОРЦИЙМИ)(промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	9
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	17,48
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за завтрак:			500	20,1	20,5	86,5	611,4	99,32
Обед		ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЙМИ) (огурцы)**	60	0,5	0,1	1	6,6	15,56
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, мука пш., яйца, вода, соль)	200	2,1	2,8	7,5	64	22,61
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ п (мясо I кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное)	200	13,4	22,9	31,1	432,1	111,4
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	4,84
Итого за обед:			100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
			830	22,4	27,1	101,2	786,1	191,07
Неделя 2		Обучающиеся 12 лет и старше						
День 7	Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа пшеничная, молоко, масло сл.)	250	10,25	8	46,12	299,37	65,87
		МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10
		СЫР (ПОРЦИЙМИ)(промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	9
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	17,48
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за завтрак:			550	22,15	22,1	95,72	671,27	114,29
Обед		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, мука пш., яйца, вода, соль)	100	0,8	0,1	1,7	11	25,93
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ п (мясо I кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное)	250	2,7	3,5	9,4	80	24,26
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	240	16	27,5	37,3	518,5	124,86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	35	2,8	0,5	14	72,1	5,65
Итого за обед:			100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
			970	26,7	32,5	114,4	914,9	218,04

* - допускается замена иных фруктов
** - допускается замена иных овощей

* - допускается выдача иных фруктов

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли

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

