



г.г. Козлов В.И.



**Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов**

На 12 12 2023 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
Неделя 2 Днем 10 Четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы солен., лук репч., масло подсол.)	60	0,5	3,6	1,6	16,72
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (фарш рыбный, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, свинина, яйцо, вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	9,5	9	12	22,68
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	150	4,1	6	8,7	19,98
	НАЛИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, вода, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	11,37
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,9	0,2	15,3	3,42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	3,23
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>565</b>	<b>18,3</b>	<b>19,4</b>	<b>63,9</b>	<b>77,4</b>
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная к-та, масло подсол., соль)	70	1	4,2	5,9	9,83
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	200	2,1	4,1	10,6	11,96
	ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подсол., мука пш., соль)	100	10,6	14,9	2,9	64,49
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	155	2,3	4,6	26,4	15,07
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоки, вода, сахар, к-та лимонная)	200	0,1	0,1	11,1	15,65
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	6,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	6,46
<b>Итого за обед:</b>		<b>815</b>	<b>23,1</b>	<b>28,9</b>	<b>97,5</b>	<b>130,31</b>
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
Неделя 2 Днем 10 Четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы солен., лук репч., масло подсол.)	100	0,8	6	2,6	22,94
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (фарш рыбный, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, свинина, яйцо, вода, томатное пюре, сметана, соль)	120	10,4	9,7	13,1	24,95
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	180	4,9	7,2	10,4	24,01
	НАЛИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, вода, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	11,37
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	6,46
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>680</b>	<b>23</b>	<b>24,1</b>	<b>80,1</b>	<b>95,21</b>
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная к-та, масло подсол., соль)	100	1,5	6	8,4	14,05
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	250	2,6	5,1	13,3	14,94
	ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подсол., мука пш., соль)	110	11,7	15,3	4,2	75,82
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	200	2,9	5,9	34,06	19,43
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоки, вода, сахар, к-та лимонная)	200	0,1	0,1	11,1	15,65
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	6,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	7,26
<b>Итого за обед:</b>		<b>945</b>	<b>25,4</b>	<b>33,4</b>	<b>109,16</b>	<b>153,31</b>

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам сбалансированного питания, предусматривающим использование определенных способов

