



**Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов**  
На « 18 » 12 2024 год.

| Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды        |   |                    |                  |      |          |           |
|--|---|--------------------|------------------|------|----------|-----------|
| Неделя 1<br>День 3<br>Среда  | Наименование блюда  | Вес<br>блюда,<br>г | Пищевые вещества |      |          | Цена, руб |
|  |   |                    | Белки            | Жиры | Углеводы |           |
| Завтрак  | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, сахар, яйца, масло подсолнечное, мука пш.)                           | 180                | 14,4             | 14,4 | 42,7     | 72,1      |
|  | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)  | 15                 | 1,1              | 1,3  | 8,3      | 10,52     |
|  | ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)  | 200                | 0,2              | 0,1  | 9,3      | 1,55      |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)  | 20                 | 1,5              | 0,2  | 9,8      | 2,74      |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)   | 20                 | 1,6              | 0,3  | 8        | 3,23      |
|  | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*   | 100                | 0,4              | 0,4  | 9,8      | 17,68     |
| Итого за завтрак:  |   | 535                | 19,2             | 16,7 | 87,9     | 107,82    |
| Обед   | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь, капуста б/к, яблоко, лимон)                                      | 60                 | 0,7              | 0,1  | 4,4      | 9,51      |
|  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)           | 200                | 2,1              | 4,1  | 10,6     | 11,96     |
|  | РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолнечное, томатное пюре, мука пш.) | 200                | 13,3             | 17,5 | 29,8     | 89,33     |
|  | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)                               | 200                | 0,2              | 0,2  | 23,8     | 20,08     |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)  | 40                 | 3                | 0,3  | 19,7     | 5,48      |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)   | 25                 | 2                | 0,4  | 10       | 4,04      |
|  | ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***  | 20                 | 1,1              | 0,9  | 14,8     | 4,7       |
| Итого за обед:   |   | 745                | 22,4             | 23,5 | 113,1    | 145,1     |
| Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды |   |                    |                  |      |          |           |
| Неделя 1<br>День 3<br>Среда  | Наименование блюда  | Вес<br>блюда,<br>г | Пищевые вещества |      |          | Цена, руб |
|  |   |                    | Белки            | Жиры | Углеводы |           |
| Завтрак  | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, сахар, яйца, масло подсолнечное, мука пш.)                           | 200                | 15,9             | 15,9 | 47,4     | 84,33     |
|  | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)  | 15                 | 1,1              | 1,3  | 8,3      | 10,52     |
|  | ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)  | 200                | 0,2              | 0,1  | 9,3      | 1,55      |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)  | 30                 | 2,3              | 0,2  | 14,8     | 4,11      |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)   | 20                 | 1,6              | 0,3  | 8        | 3,23      |
|  | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*   | 100                | 0,4              | 0,4  | 9,8      | 17,68     |
| Итого за завтрак:  |   | 565                | 21,5             | 18,2 | 97,6     | 121,42    |
| Обед   | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь, капуста б/к, яблоко, лимон)                                      | 110                | 1,3              | 0,2  | 8,1      | 17,44     |
|  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)           | 250                | 2,6              | 5,1  | 13,3     | 14,94     |
|  | РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолнечное, томатное пюре, мука пш.) | 220                | 14,7             | 19,2 | 32,8     | 95,26     |
|  | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)                               | 200                | 0,2              | 0,2  | 23,8     | 20,08     |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)  | 40                 | 3                | 0,3  | 19,7     | 5,48      |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)   | 40                 | 3,2              | 0,6  | 16       | 6,46      |
|  | ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***  | 20                 | 1,1              | 0,9  | 14,8     | 4,7       |
| Итого за обед:   |   | 880                | 26,1             | 26,5 | 128,5    | 164,36    |

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

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

