



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

№ 7 от 05 2025 г.

Завтрак		Обучающиеся 7-11 лет							
Понедельник	Днем	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
Среды	Белки			Жиры	Углеводы				
Завтрак		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запаренные (творог, сахар, яйца, масло подсолнечное, мука пш.)	180	14,4	14,4	42,7	360	93,2	
		МОЛОКО СТУПЕНЬКОЕ (промышленное производство)	15	1,1	1,3	8,3	49,1	10,52	
		ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55	
		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 (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94	
Итого за завтрак:			535	19,2	16,7	87,9	579,1	125,18	
Обед		САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь, капуста б/к, яблоко, лимон)	60	0,7	0,1	4,4	23,6	9,51	
		РАССОЛЫВНИК ЛЕВОН РАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соевые, соль)	200	2,1	4,1	10,6	87,6	21,96	
		РАГУ ИЗ СВИННЫ (свинина 1 кат, картофеля, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, томатное пюре, мука пш.)	200	13,3	17,5	29,8	430,9	105,9	
		КОМПОЗИЦИЯ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5	4,04	
		ПРИВОНКИ в (промышленное производство)***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7	
Итого за обед:			745	22,4	23,5	113,1	858,4	171,67	
Понедельник		Обучающиеся 12 лет и старше							
Днем	Среды	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
	Белки			Жиры	Углеводы				
Завтрак		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запаренные (творог, сахар, яйца, масло подсолнечное, мука пш.)	200	15,9	15,9	47,4	396	103,6	
		МОЛОКО СТУПЕНЬКОЕ (промышленное производство)	15	1,1	1,3	8,3	49,1	10,52	
		ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94	
Итого за завтрак:			565	21,5	18,2	97,6	638,5	136,95	
Обед		САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь, капуста б/к, яблоко, лимон)	110	1,3	0,2	8,1	43,3	17,44	
		РАССОЛЫВНИК ЛЕВОН РАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соевые, соль)	250	2,6	5,1	13,3	109,5	27,15	
		РАГУ ИЗ СВИННЫ (свинина 1 кат, картофеля, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, томатное пюре, мука пш.)	220	14,7	19,2	32,8	473,8	118,2	
		КОМПОЗИЦИЯ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08	
		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	
		ПРИВОНКИ в (промышленное производство)***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7	
Итого за обед:			880	26,1	26,5	128,5	973,8	199,51	

Примечание: блюда из картофеля и картофеля фри.

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

