



Единовременное меню (разовое меню) для обучающихся

№ 2 от 24.10.2024 г.



№ меню 2		Обучающиеся 7-11 лет						
День 4	Четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб.	
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		ОБЪЕДНИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)**	80	0,80	0,10	1,50	8,40	7,26
		ПАШЕТКИ ИЗ МЯСА (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное, чеснок, соль, перец молотый)	90	9,80	15,50	12,90	229,70	54,03
		СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	20	0,20	0,70	0,90	10,50	1,53
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ (картофель, лук репч., вода, сметана, томатное пюре, масло подсолн.)	150	4,50	3,40	13,90	105,00	18,16
		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных и (вода, яблоки, вишня заморож., сахар)	200	0,10	0,10	10,90	45,00	4,76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,10	0,20	20,10	94,70	2,88
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,30	40,80	1,68
Итого за завтрак:			580	19,3	20,2	68,7	534,1	110,3
Обед		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАВНОЙ КАПУСТЫ (капуста б/к, лук зеленый, сахар, лимонная к-та, масло подсолн., соль)	80	0,90	3,00	5,30	33,00	9,73
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными (вода, картофель, фарш рыбный, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолн., соль)	200	1,90	6,40	14,90	124,40	22,30
		ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,10	13,80	11,40	204,60	51,01
		КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ и (вода, крупа ячневая, масло сл., соль)	150	4,40	3,60	29,20	166,80	5,25
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,00	0,00	19,40	77,40	4,86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,10	0,20	20,10	94,70	2,88
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,00	0,30	12,70	61,20	2,52
Итого за обед:			790	23,4	27,3	113	782,1	98,54
№ меню 2		Обучающиеся 12 лет и старше						
День 4	Четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб.	
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		ОБЪЕДНИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)**	100	0,80	0,10	2,50	14,00	12,10
		ПАШЕТКИ ИЗ МЯСА (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное, чеснок, соль, перец молотый)	100	10,60	17,20	14,30	255,10	79,75
		СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	20	0,20	0,70	0,90	10,50	1,52
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ (картофель, лук репч., вода, сметана, томатное пюре, масло подсолн.)	180	5,40	4,10	16,70	126,00	21,62
		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных и (вода, яблоки, вишня заморож., сахар)	200	0,10	0,10	10,90	45,00	4,76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,10	0,20	20,10	94,70	2,88
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68
Итого за завтрак:			660	21,5	22,6	73,9	586,1	128,3
Обед		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАВНОЙ КАПУСТЫ (капуста б/к, лук зеленый, сахар, лимонная к-та, масло подсолн., соль)	100	1,50	5,10	8,90	88,30	18,19
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными (вода, картофель, фарш рыбный, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолн., соль)	250	2,40	7,90	18,80	133,40	26,80
		ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,10	13,80	11,40	204,60	51,01
		КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ и (вода, крупа ячневая, масло сл., соль)	180	5,30	4,30	35,00	200,20	6,30
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,00	0,00	19,40	77,40	4,86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,80	0,30	25,10	118,40	3,80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,00	0,30	12,70	61,20	2,52
Итого за обед:			920	26,1	31,7	131,1	903,5	111,3

** - допускается выдать этих овощей

Приготовление пищи ведется в соответствии с санитарными требованиями.

Питание обучающихся осуществляется по принятым санитарным нормам, предусматривающим использование оздоровительных способов.

