



Ежедневное меню основного (организационного) питания обучающихся

№ с. 25/10 2024 год.



Неделя 2		Обучающиеся 7-11 лет						
День 5	Питание	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб.
				Белк и	Жиры	Углево-ды	ЭЦ, ккал	
Завтрак		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	5,42
		КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко, крупа пшено, вода, масло сл.)	200	8,30	7,50	36,30	245,50	46,14
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,30	2,90	13,80	94,00	22,35
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,00	0,10	6,40	30,60	1,26
		БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)	45	1,80	3,60	12,20	88,90	10,69
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,10	1,30	8,30	49,10	4,36
Итого за завтрак:			505	19,3	18,5	87	591,9	91,66
Обед		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	60	0,70	0,10	2,30	12,90	5,59
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	200	1,50	4,00	10,00	82,70	22,10
		РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)	200	17,20	24,10	29,80	404,90	123,15
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,70	0,20	17,60	82,90	2,52
		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68
		ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,80	0,30	9,30	43,10	10,25
Итого за обед:			815	25,2	29,1	97,1	750,7	176,2
Неделя 2		Обучающиеся 12 лет и старше						
День 5	Питание	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб.
				Белк и	Жиры	Углево-ды	ЭЦ, ккал	
Завтрак		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	5,42
		КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко, крупа пшено, вода, масло сл.)	250	10,30	9,40	45,30	306,80	53,92
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,30	2,90	13,80	94,00	22,35
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,00	0,10	6,40	30,60	1,26
		БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)	45	1,80	3,60	12,20	88,90	10,69
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,10	1,30	8,30	49,10	4,36
Итого за завтрак:			555	21,3	20,4	96	653,2	99,44
Обед		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	100	1,20	0,20	3,80	21,50	9,32
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,90	5,00	12,50	103,40	27,57
		РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)	225	19,40	27,10	33,60	455,90	136,54
		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,10	0,20	20,10	94,70	2,88
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,70	0,20	10,60	51,80	2,10
		ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,80	0,30	9,30	43,10	10,25
Итого за обед:			940	29,1	33,2	109,5	853	199,6

\* - допускается выдача иных фруктов.

\*\* - допускается выдача иных овощей.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов.

