



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

На « 30 09 2024 год.



Неделя 1		Обучающиеся 7-11 лет						
День 1 Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белк и	Жиры	Углев оды	ЭЦ, ккал		
Завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	5,42	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,10	8,30	0,10	74,80	7,90	
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со густым молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко густое)	150	15,50	8,00	37,20	294,10	75,20	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,20	0,00	10,10	42,20	2,90	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	110	0,40	0,40	10,80	48,80	11,38	
Итого за завтрак:		500	20	19,8	68,2	543,7	104,2	
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	60	0,70	0,10	2,30	12,90	5,59	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (вода, картофель, морковь, лук репчатый, крупа перловая, масло подсолнечное, соль)	200	2,10	2,30	15,80	92,60	17,14	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль)	100	14,90	18,00	14,50	279,70	68,80	
	ШОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	150	3,20	5,30	21,40	146,30	16,97	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	200	2,80	2,50	13,60	88,00	23,35	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,30	0,20	15,10	71,00	2,16	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*	120	0,50	0,30	12,00	54,70	12,13	
	Итого за обед:		880	27,8	28,9	103,2	786	147,8
Неделя 1		Обучающиеся 12 лет и старше						
День 1 Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
			Белк и	Жиры	Углев оды			
Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	15	0,10	12,40	0,10	112,20	11,85	
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со густым молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко густое)	200	20,70	10,70	49,60	392,30	96,76	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,20	0,00	10,10	42,20	2,90	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	115	0,50	0,50	11,30	51,10	11,89	
	Итого за завтрак:		550	23	23,7	81,1	645,2	124,84
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	100	1,20	0,20	3,80	21,50	9,32	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (вода, картофель, морковь, лук репчатый, крупа перловая, масло подсолнечное, соль)	250	2,60	2,80	19,80	115,70	22,42	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль)	100	14,90	18,00	14,50	279,70	68,80	
	ШОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	180	3,80	6,30	25,70	175,50	20,37	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	200	2,80	2,50	13,60	88,00	23,35	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,30	0,20	15,10	71,00	2,16	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*	120	0,50	0,30	12,00	54,70	12,13	
Итого за обед:		1000	29,4	30,5	113	846,9	160,2	

* - 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

