

УТВЕРЖДАЮ
И.И. Козлов В.А.С.

И.И. Козлов

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

На « 6 » 09, 2024 год.



Обучающиеся 7-11 лет									
Неделя 1	День 5	Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб	
					Белк и	Жиры	Углевод оды		
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**			60	0,70	0,10	2,30	12,90	5,59
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, вода, масло подс., соль)			150	15,50	17,60	26,80	327,20	95,60
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)			20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			15	1,00	0,10	6,40	30,60	1,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			100	0,40	0,30	10,00	45,60	10,11
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*			545	19,2	18,2	70,3	523,3	116
	Итого за завтрак:								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (томаты грунтовые, перец болгар., лук, масло подс., соль)			60	0,70	3,70	2,30	46,00	15,69
	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
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)			100	12,60	15,20	8,10	219,60	51,00
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)			150	3,20	5,30	21,40	146,70	16,97
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)			200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			50	3,80	0,30	25,10	118,40	3,60
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			30	2,00	0,30	12,70	61,20	2,52
Итого за обед:									
Обучающиеся 12 лет и старше									
Неделя 1	День 5	Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб	
					Белк и	Жиры	Углевод оды		
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**			100	1,20	0,20	3,80	21,50	9,32
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, вода, масло подс., соль)			200	20,60	23,40	35,70	436,40	127,14
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)			200	0,10	0,00	14,80	59,60	1,97
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*			100	0,40	0,30	10,00	45,60	10,11
Итого за завтрак:									
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (томаты грунтовые, перец болгар., лук, масло подс., соль)			100	1,10	6,10	3,80	76,70	26,04
	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
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)			100	12,60	15,20	8,10	219,60	51,00
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)			180	3,80	6,40	25,70	176,30	20,40
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)			200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			50	3,80	0,30	25,10	118,40	3,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			40	2,60	0,40	17,00	81,60	3,36	
Итого за обед:									

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

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

