



Ведомое меню основного (организованного) питания обучающихся

На « 15 » 11 2024 год.

Неделя 2
 День 5
 Пятница

Обучающиеся 7-11 лет

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
		Белки	Жиры	Углеводы		
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:	15	19,3	18,5	87	591,9	91,66
Обед	60	0,70	0,10	2,30	12,90	5,59
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	505	1,50	4,00	10,00	82,70	22,10
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	200	17,20	24,10	29,80	404,90	123,15
РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)	200	2,70	0,20	17,60	82,90	2,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	0,80	0,30	9,30	43,10	10,25
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	176,21

Обучающиеся 12 лет и старше

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
		Белки	Жиры	Углеводы		
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	100	1,20	0,20	3,80	21,50	9,32
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	250	1,90	5,00	12,50	103,40	26,57
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	225	19,40	27,10	33,60	455,90	136,54
РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)	200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	40	3,10	0,20	20,10	94,70	2,88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	2,10
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	100	0,80	0,30	9,30	43,10	10,25
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	940	29,1	33,2	109,5	853	198,58
Итого за обед:	150	7,1	6,9	25,1	189	37,47
Полдник	200	3,8	3	24,4	141	22,35
ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА (творог, мука пш., молоко, яйца, масло подс., сода)	350	10,9	9,9	49,5	330	59,82
КАКАО С МОЛОКОМ сг. (молоко сг, вода, какао-порошок)						

* - 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 приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.