



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,

На «13» мал 2025 год.

Зима-весна

Неделя 2		Обучающиеся 7-11 лет						
День 1	Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Угле воды		
Завтрак		КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ*молочная (крупа пшеничная, молоко, масло сл.)	200	8,2	6,4	36,9	239,5	56,7
		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	9
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	17,48
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за завтрак:			500	20,1	20,5	86,5	611,4	105,12
Обед		ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**	60	0,5	0,1	1	6,6	15,56
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подс., мука пш., яйца, вода, соль)	200	2,1	2,8	7,5	64	22,61
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ п (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подс.)	200	13,4	22,9	31,1	432,1	126,8
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	4,84
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
Итого за обед:			830	22,4	27,1	101,2	786,1	206,47

Неделя 2		Обучающиеся 12 лет и старше						
День 1	Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Угле воды		
Завтрак		КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа пшеничная, молоко, масло сл.)	250	10,25	8	46,1	299,37	65,87
		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	9
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	17,48
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за завтрак:			550	22,15	22,1	95,72	671,27	114,29
Обед		ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**	100	0,8	0,1	1,7	11	25,93
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подс., мука пш., яйца, вода, соль)	250	2,7	3,5	9,4	80	24,26
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ п (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подс.)	240	16	27,5	37,3	518,5	132,16
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	5,65
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
Итого за обед:			970	26,7	32,5	114,4	914,9	225,34

* - 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.