

ЖДАЮ
паткина И.А.

Директор МБОУ ООШ №16
Сыроежкин И.В.



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
На « 24 » Июня 2024 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды

Неделя 1 День 3 Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углеб. олиг.	ЭЦ, ккал		
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	9,18	
Завтрак	ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров., соль, перец молот.)	110	9,5	11	12	166,5	38,97	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	150	4,1	6	8,7	105	19,98	
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	30	0,3	1	1,4	15,7	3,24	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, а-та лимонная)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	600	18,8	18,7	66,1	489,2	95,95	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	60	0,7	0,1	4,4	23,6	9,51	
	Итого за завтрак							
	Обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь, капуста б/к, яблоко, лимон)	200	2,1	4,1	10,6	87,6	11,96
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)		200	13,3	17,5	29,8	430,9	89,33	
РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)		200	0,2	0,2	23,8	98	20,08	
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)		40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)		25	2	0,4	10	51,5	4,04	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)		20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7	
ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***		745	22,4	23,5	113,1	858,4	145,1	
Итого за обед								

Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды

Неделя 1 День 3 Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеб. олиг.	ЭЦ, ккал	
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	* 100	0,7	0,1	1,9	11	15,31
Завтрак	ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров., соль, перец молот.)	110	9,5	11	12	166,5	38,97
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	180	4,9	7,2	10,4	126,1	24,01
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	30	0,3	1	1,4	15,7	3,14
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, а-та лимонная)	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)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	680	20,6	20	73,5	538,1	107,38
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	110	1,3	0,2	8,1	43,3	17,44
	Итого за завтрак						
	Обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь, капуста б/к, яблоко, лимон)	250	2,6	3,1	13,3	109,5
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)		220	14,7	19,2	32,8	473,8	93,26
РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)		200	0,2	0,2	23,8	98	20,08
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)		40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)		40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)		20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7
ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***		840	26,1	26,5	128,5	973,8	162,36
Итого за обед							
Полдник	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ (картофель, лук репчатый, мука пш., вода, сахар, дрожжи сухие, яйца, масло подсол., соль)	160	8,2	4	48	260,8	26,35
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастеризованное)	200	5,9	5,1	9,8	110,5	24,8
	Итого за полдник	360	14,1	9,1	57,8	371,3	51,15

** - допускается выдача иных овощей
 *** - допускается выдача иных кондитерских изделий
 Приготовление пищи ведется с использованием водированной соли.
 Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.