



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
На 11 декабря 2024 год.

Неделя	День	Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				ЭЦ, ккал	Цена, руб
					Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ		
Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды										
Неделя 2	День 3	Среда	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром производство)	60	1,1	5,3	4,6	70,8	19,8	
			ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ТТК) (яйца, молоко, масло сл., соль)	150	13,5	11,6	3,5	201,2	84	
			СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	20,54	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11	
			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94	
			ПРЯНИКИ (промышленное производство)***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7	
Итого за завтрак:				560	19,4	18,6	67,7	545,4	147,09	
Неделя 2	День 3	Среда	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подсолнечное, соль)	60	0,8	3,7	4,6	54,6	3,99	
			СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	200	5	2,9	11,7	92,6	11,71	
			ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,1	13,8	11,4	204,6	42,37	
			КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода, масло слив.)	155	4,2	4	25,8	156,6	7,76	
			ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55	
			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 обед:				805	27,5	25,4	98,5	722,4	79,32	
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды										
Неделя 2	День 3	Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал	Цена, руб	
Неделя 2	День 3	Среда	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром производство)	100	1,9	8,9	7,7	118	33	
			ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ТТК) (яйца, молоко, масло сл., соль)	200	16,6	13,4	4,6	268,2	94,05	
			СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	20,54	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74	
			ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94	
			ВАФЛИ (промышленное производство)***	20	0,6	0,7	15,5	70,8	3,17	
			Итого за завтрак:	660	23,6	24,1	75,6	675	170,67	
Неделя 2	День 3	Среда	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подсолнечное, соль)	100	1,4	6,1	7,6	91	6,64	
			СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	250	6,3	3,6	14,6	115,8	14,67	
			ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,1	13,8	11,4	204,6	42,37	
			КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода, масло слив.)	180	4,9	4,7	30	181,8	9	
			ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46				
Итого за обед:				925	30,5	29,3	111	818,9	86,85	
Неделя 2	День 3	Среда	БЛИНЧИКИ (вода, мука, яйца, сахар, масло подсолнечное, масло слив., соль)	145	7,4	11,6	42,4	303,8	34,87	
			ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (вода, молоко, сахар, чай черный)	200	1,5	1,2	17	85,4	16,28	
Итого за полдник:				360	8,9	12,8	59,4	389,2	51,15	

* - допускается выдача иных фруктов.

*** - 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, запаривание и исключает продукты с раздражающими свойствами.