



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ _____

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

На 15 ноября 2024 год.

Обучающиеся 7-11 лет

День 5 Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеб. олы		
Завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	5,42
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко, крупа пшени, 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
	ВЛИНЧИКИ 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:		505	19,3	18,5	87	591,9	91,68
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	60	0,70	0,10	2,30	12,90	5,59
	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
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)	200	17,20	24,10	29,80	404,90	123,15
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,70	0,20	17,60	82,90	2,52
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,30	40,80	1,68
	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

День 5 Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеб. олы		
Завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	5,42
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко, крупа пшени, 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
	ВЛИНЧИКИ 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	99,03
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	100	1,20	0,20	3,80	21,50	9,32
	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	26,57
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)	225	19,40	27,10	33,60	455,90	136,54
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,10	0,20	20,10	94,70	2,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	2,10
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,80	0,30	9,30	43,10	10,25
Итого за обед:		940	29,1	33,2	109,5	853	198,53
Полдник	ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА (творог, мука пш., молоко, яйца, масло подсолн., соль)	150	7,1	6,9	25,1	189	27,47
	КАКАО С МОЛОКОМ сл. (молоко сл., вода, какао-порошок)	200	3,8	3	24,4	141	22,35
Итого за полдник:		350	10,9	9,9	49,5	330	59,82

* - 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.