



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

На «18» ноября 2024 г.

Неделя 1		Обучающиеся 7-11 лет						
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углеб. омы			
Понедельник	Завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	5,43
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,10	8,30	0,10	74,80	7,90	
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко сгущенное)	150	15,50	8,00	37,20	294,10	74,10	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,20	0,00	10,10	42,20	2,90	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	110	0,40	0,40	10,80	48,80	11,38	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	500	20	19,8	68,2	543,7	103,14	
Итого за завтрак:		80	0,70	0,10	2,30	12,90	5,99	
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	200	2,10	2,30	15,80	92,60	17,14	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (вода, картофель, морковь, лук репчатый, крупа перловая, масло подсол., соль)	100	14,90	18,00	14,50	279,70	68,80	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (курица 1 кат., хлеб пш., молоко, сахар, панировочные, масло подсол., соль)	150	3,20	5,20	21,40	146,30	16,93	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	200	2,80	2,50	13,60	88,00	23,35	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	30	2,30	0,20	15,10	71,00	2,16	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	120	0,50	0,30	12,00	54,70	12,13	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*	880	27,8	28,9	103,2	786	147,82	
Итого за обед:								
Неделя 1		Обучающиеся 12 лет и старше						
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углеб. омы			
Понедельник	Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	15	0,10	12,40	0,10	112,20	11,85
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко сгущенное)	200	20,70	10,70	49,60	392,30	86,05	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,20	0,00	10,10	42,20	2,90	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	115	0,50	0,50	11,30	51,10	11,85	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	550	23	23,7	81,1	645,2	134,12	
	Итого за завтрак:		100	1,20	0,20	3,80	21,50	9,32
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	250	2,60	2,80	19,80	115,70	21,42	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (вода, картофель, морковь, лук репчатый, крупа перловая, масло подсол., соль)	100	14,90	18,00	14,50	279,70	68,80	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (курица 1 кат., хлеб пш., молоко, сахар, панировочные, масло подсол., соль)	180	3,80	6,30	25,70	175,50	20,37	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	200	2,80	2,50	13,60	88,00	23,35	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	30	2,30	0,20	15,10	71,00	2,16	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	120	0,50	0,30	12,00	54,70	12,13	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*	1000	29,4	30,5	113	845,9	159,23	
Итого за обед:								
Поздний	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА (с яблоком) (яблоко, мука пш., вода, сахар, масло сл., яйца, соль, дрожжи)	150		8	6,8	44,8	273	30,00
	КЕФИР (промышленное производство)	200		5,8	5	6	106	19,52
	Итого за поздний:		150	13,8	11,8	52,8	379	49,52

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей.

Приготовление пищи ведется с использованием водопроводной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам правильного питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, тушение и исключает продукты с раздражающими свойствами.