



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
На « 22 » марта 2024 год.

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

День недели	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеб. олы	ЭЦ, ккал	
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (капуста кв., лук репч., сахар, масло подсол.)	60	1	3,6	4,9	56,4	6,69
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ (кури 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза консерв., вода, масло подсол., соль)	180	12,5	13,9	32,2	294,8	91,67
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ и (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	18,42
	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 (мандарины)	100	0,8	0,2	7,5	38	17,68
	Итого за завтрак	580	20,2	20,7	76	565,2	140,43
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы)**	60	0,5	0,1	1	6,6	15,56
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	200	1,5	3,5	5,6	60	12,8
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (кури 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	100	12,6	15,2	8,1	865,4	72,43
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек консерв., масло сл., соль)	150	4,1	5,8	23,8	112,9	51,68
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	20,54
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	6,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	5,65
Итого за обед	195	26,3	25,7	97,3	720	185,51	

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

День недели	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеб. олы	ЭЦ, ккал	
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (капуста кв., лук репч., сахар, масло подсол.)	100	1,6	6	8,2	94	11,16
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ (кури 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза консерв., вода, масло подсол., соль)	200	13,9	15,4	35,8	327,6	95,75
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ и (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	180	2,5	2,3	12,2	79,2	16,62
	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
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)*	100	0,8	0,2	7,5	38	17,68
	Итого за завтрак	640	23,4	24,5	91,4	673,6	149,92
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы)**	100	0,8	0,1	1,7	11	25,93
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75	16,09
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (кури 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	110	13,8	16,7	8,9	292	79,67
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек консерв., масло сл., соль)	200	5,5	7,7	31,8	150,5	68,76
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	20,54
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	6,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за обед	950	30	30,1	110,2	813,9	224,3	
Полдник	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА (с яблоком) (яблока, мука пш., вода, сахар, масло сл., яйца, соль, дрожжи)	150	8	6,8	44,8	273	26,35
	КЕФИР (промышленное производство)	200	5,8	5	8	106	24,8
	Итого за полдник	350	13,8	11,8	52,8	379	51,15

* - 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.