

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

На « 31 » мая 2025 год.

Завтрак		Обучающиеся 7-11 лет					
Неделя 2	День 7	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб
Понедельник				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа пшеничная, молоко, масло сл.)	200	8,2	6,4	36,9	239,5
		МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
		СЫР (ПОРЦИЙМИ) (промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4
Итого за завтрак:			500	20,1	20,5	86,5	611,4
Обед		ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЙМИ) (огурцы)**	60	0,5	0,1	1	6,6
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло, вода, мука пш., яйца, вода, соль)	200	2,1	2,8	7,5	64
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ и (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подсол.)	200	13,4	22,9	31,1	432,1
		КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
		Итого за обед:	830	22,4	27,1	101,2	786,1
Итого за обед:							186,47
Завтрак		Обучающиеся 12 лет и старше					
Неделя 2	День 7	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб
Понедельник				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа пшеничная, молоко, масло сл.)	250	10,25	8	46,12	299,37
		МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
		СЫР (ПОРЦИЙМИ) (промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4
Итого за завтрак:			550	22,15	22,1	95,72	671,27
Обед		ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЙМИ) (огурцы)**	100	0,8	0,1	1,7	11
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло, вода, мука пш., яйца, вода, соль)	250	2,7	3,5	9,4	80
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ и (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подсол.)	240	16	27,5	37,3	518,5
		КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
		Итого за обед:	970	26,7	32,5	114,4	914,9
Итого за обед:							215,34

* - допускается замена иных фруктов.

** - допускается замена иных овощей.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

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