

УТВЕРЖДАЮ  
И.И.Иванова И.А.



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и детей-инвалидов  
На « 18 » декабря 2023 год.



Неделя I		Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды					
День	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод м	ЭЦ, ккал	
Понедельник	КАША вязкая молочная из риса и пшеницы (молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	220	8,4	10,6	35,1	270,5	37,73
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	15	3,5	4,4	0	53,7	6,28
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5	4,04
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,1	0,9	14,8	75,8	4,70
	ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***	500	16,7	16,6	79	533,7	57,04
Итого за завтрак:		60	0,5	0,1	1	6,6	14,82
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)**	60	0,5	0,1	1	6,6	14,82
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМп (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	200	1,5	3,5	5,6	60	12,80
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кг., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,1	13,8	11,4	204,6	42,32
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п(макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	150	5,6	5	29,6	184,5	11,37
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	4,84
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ( яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
Итого за обед:		330	25,5	23,8	109,3	741,1	115,81
Неделя I		Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды					
День	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод м	ЭЦ, ккал	
Понедельник	КАША вязкая молочная из риса и пшеницы (молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	250	9,5	12	39,9	307,5	39,08
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	15	3,5	4,4	0	53,7	6,28
	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)	25	2	0,4	10	51,5	4,04
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,1	0,9	14,8	75,2	4,70
	ПРЯНИКИ*** (промышленное производство)	550	19,3	18,1	93,7	658,2	61,13
Итого за завтрак:		100	0,8	0,1	1,7	11	24,70
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)**	60	0,8	0,1	1,7	11	24,70
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМп (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75	13,09
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кг., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	120	12,1	15	12,5	223,2	43,10
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п(макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	13,65
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	4,84
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ ( яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
Итого за обед:		1020	28,3	26,8	118,4	836	129,04
Полдник	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА (с яблоком) (яблоки, мука пш., вода, сахар, масло сл, яйца, соль, дрожжи)	150	8	6,8	44,8	273	30,34
	КЕФИР (промышленное производство)	200	5,8	5	8	106	44,70
	Итого за полдник:		150	13,8	11,8	52,8	379

\* - допускается выдача иных фруктов.  
 \*\* - допускается выдача иных овощей  
 \*\*\* - допускается выдача иных кондитерских изделий  
 Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.  
 Питание обучающихся осуществляется по принципам сбалансированного питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.