



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

На « 31 » 04 2025 год.

Зима-весна									
Обучающиеся 7-11 лет									
Неделя 2	День 7	Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
					Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак			КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа пшеничная, молоко, масло сл.)	200	8,2	6,4	36,9	239,5	50,9
			МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10
			СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	9
			КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	17,48
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
			ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
			Итого за завтрак:	500	20,1	20,5	86,5	611,4	99,32
Обед			ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**	60	0,5	0,1	1	6,6	15,56
			СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло поде., мука пш., яйца, вода, соль)	200	2,1	2,8	7,5	64	22,61
			ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ п (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло поде.)	200	13,4	22,9	31,1	432,1	111,4
			КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24
			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
			ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	830	22,4	27,1	101,2	786,1	191,07
Итого за обед:									
Обучающиеся 12 лет и старше									
Неделя 2	День 7	Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
					Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак			КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа пшеничная, молоко, масло сл.)	250	10,25	8	46,12	299,37	65,87
			МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10
			СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	9
			КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	17,48
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
			ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
			Итого за завтрак:	550	22,15	22,1	95,72	671,27	114,29
Обед			ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**	100	0,8	0,1	1,7	11	25,93
			СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло поде., мука пш., яйца, вода, соль)	250	2,7	3,5	9,4	80	24,26
			ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ п (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло поде.)	240	16	27,5	37,3	518,5	124,86
			КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16
			ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	5,65
			ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	970	26,7	32,5	114,4	914,9	218,04
Итого за обед:									

* - 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