MEOF TACOBAHO
Dinnerman

жедневное меню основного (организованного) питания обучающих п

____2025 год.

TI	Обучающиеся 7-11 лет	lion	"90 *	Salvado	.//		
День	234 27	70 жеціод ремества					
День Среда Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углев оды	ЭЦ, ккал	Цена, руб
Вавтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	9,18
	ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.)	110	9,5	11	12	166,5	78,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	150	4,1	6	8,7	105	19,98
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	30	0,3	1	1,4	15,7	3,24
	КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
Ітого за завтран	K; J.	600	18,8	18,7	66,1	489,2	135,88
Обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон)	60	0.7	0,1	4.4	23,6	9,51
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	200	2,1	4,1	10,6	87,6	21,96
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	200	13,3	17,5	29,8	430,9	105,9
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки,сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08
	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
	ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	4.7
Итого за обед:		745	22,4	23,5	113,1	858,4	171,67
-11.11		7.10	22,1	20,0	113,1	0,50,4	171,07
Неделя 1	Обучающиеся 12 лет и старше						
День 3	ooy informed 12 feet il erapine	Пищевые вещества					
Среда	Наименование блюда						
	LIE type	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углев		Цена, руб
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	Вес блюда, г 100	Белки 0,7		Углев оды	ЭЦ, ккал 11	Цена, руб 15,31
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло полсолн	блюда, г	0,7	Жиры	Углев	ккал 11	15,31
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	блюда, г 100	0,7 9,5	Жиры 0,1 11	Углев оды 1,9	ккал 11 166,5	15,31 78,9
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло полсолн	блюда, г 100 110	0,7	Жиры 0,1	Углев оды 1,9 12 10,4	ккал 11 166,5 126,1	78,9 24,01
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЫО (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	блюда, г 100 110 180 30	0,7 9,5 4,9 0,3	Жиры 0,1 11 7,2	Углев оды 1,9 12 10,4	ккал 11 166,5 126,1 15,7	78,9 24,01 3,14
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль) КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная)	блюда, г 100 110 180	0,7 9,5 4,9	Жиры 0,1 11 7,2 1 0,1	Углев оды 1,9 12 10,4 1,4 20,1	ккал 11 166,5 126,1 15,7 84	78,9 24,01 3,14 17,24
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль) КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	блюда, г 100 110 180 30 200 40	0,7 9,5 4,9 0,3 0,6 3	Жиры 0,1 11 7,2 1 0,1 0,1 0,3	Углев оды 1,9 12 10,4 1,4 20,1 19,7	ккал 11 166,5 126,1 15,7 84 93,6	78,9 24,01 3,14 17,24 5,48
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЫО (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль) КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	блюда, г 100 110 180 30 200 40 20	0,7 9,5 4,9 0,3 0,6 3 1,6	Жиры 0,1 11 7,2 1 0,1 0,3 0,3	Углев оды 1,9 12 10,4 1,4 20,1 19,7 8	11 166,5 126,1 15,7 84 93,6 41,2	78,9 24,01 3,14 17,24 5,48 3,23
Итого за завтра г	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль) КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	блюда, г 100 110 180 30 200 40 20 680	0,7 9,5 4,9 0,3 0,6 3 1,6 20,6	Жиры 0,1 11 7,2 1 0,1 0,3 0,3 20	Углев оды 1,9 12 10,4 1,4 20,1 19,7 8 73,5	ккал 11 166,5 126,1 15,7 84 93,6 41,2 538,1	78,9 24,01 3,14 17,24 5,48 3,23
Итого за завтраї	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль) КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) к: САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон) РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, отурцы соленые, соль)	блюда, г 100 110 180 30 200 40 20	0,7 9,5 4,9 0,3 0,6 3 1,6	Жиры 0,1 11 7,2 1 0,1 0,3 0,3	Углев оды 1,9 12 10,4 1,4 20,1 19,7 8	11 166,5 126,1 15,7 84 93,6 41,2	78,9 24,01 3,14 17,24 5,48
Итого за завтраї	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль) КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимоиная) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) К: САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон) РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый,	блюда, г 100 110 180 30 200 40 20 680 110	0,7 9,5 4,9 0,3 0,6 3 1,6 20,6 1,3	Жиры 0,1 11 7,2 1 0,1 0,3 0,3 20 0,2	Углев оды 1,9 12 10,4 1,4 20,1 19,7 8 73,5 8,1	ккал 11 166,5 126,1 15,7 84 93,6 41,2 538,1 43,3	15,31 78,9 24,01 3,14 17,24 5,48 3,23 147,31 17,44
Итого за завтраї	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль) КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) к: САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон) РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, отурцы соленые, соль) РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат. картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.) КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки,сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	блюда, г 100 110 180 30 200 40 20 680 110 250 220	0,7 9,5 4,9 0,3 0,6 3 1,6 20,6 1,3 2,6 14,7	Жиры 0,1 11 7,2 1 0,1 0,3 0,3 20 0,2 5,1	Углев оды 1,9 12 10,4 1,4 20,1 19,7 8 73,5 8,1 13,3	11 166,5 126,1 15,7 84 93,6 41,2 538,1 43,3	15,31 78,9 24,01 3,14 17,24 5,48 3,23 147,31 17,44 27,15
Итого за завтраї	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль) КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) к: САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон) РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, отурцы соленые, соль) РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.) КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки,сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	блюда, г 100 110 180 30 200 40 20 680 110 250	0,7 9,5 4,9 0,3 0,6 3 1,6 20,6 1,3 2,6	Жиры 0,1 11 7,2 1 0,1 0,3 0,3 20 0,2 5,1 19,2	Углев оды 1,9 12 10,4 1,4 20,1 19,7 8 73,5 8,1 13,3 32,8	ккал 11 166,5 126,1 15,7 84 93,6 41,2 538,1 43,3 109,5 473,8	15,31 78,9 24,01 3,14 17,24 5,48 3,23 147,31 17,44 27,15 111,2
Завтрак Итого за завтран Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль) КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) К: САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон) РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, отурцы соленые, соль) РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.) КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки,сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота) ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	блюда, г 100 110 180 30 200 40 20 680 110 250 220	0,7 9,5 4,9 0,3 0,6 3 1,6 20,6 1,3 2,6 14,7 0,2 3	Жиры 0,1 11 7,2 1 0,1 0,3 0,3 20 0,2 5,1 19,2	Углев оды 1,9 12 10,4 20,1 19,7 8 73,5 8,1 13,3 32,8 23,8	11 166,5 126,1 15,7 84 93,6 41,2 538,1 43,3 109,5 473,8 98 93,6	15,31 78,9 24,01 3,14 17,24 5,48 3,23 147,31 17,44 27,15 111,2 20,08 5,48
Итого за завтраї	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль) СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль) КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) к: САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон) РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, отурцы соленые, соль) РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.) КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки,сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	блюда, г 100 110 180 30 200 40 20 680 110 250 220 200 40	0,7 9,5 4,9 0,3 0,6 3 1,6 20,6 1,3 2,6 14,7	Жиры 0,1 11 7,2 1 0,1 0,3 0,3 20 0,2 5,1 19,2 0,2 0,3	Углев оды 1,9 12 10,4 20,1 19,7 8 73,5 8,1 13,3 32,8 23,8 19,7	ккал 11 166,5 126,1 15,7 84 93,6 41,2 538,1 43,3 109,5 473,8	15,31 78,9 24,01 3,14 17,24 5,48 3,23 147,31 17,44 27,15 111,2 20,08

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.

^{** -} допускается выдача иных овощей
*** - допускается выдача иных кондитерских изделий