

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Игнаткина



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ

*00.01.24*  
*И.И. Калашова*

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

На «29» 11 2024 год.

Неделя 2

Обучающиеся 7-11 лет

День 5  
Пятница

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал	
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	5,42
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко, крупа пшено, вода, масло сл.)	200	8,30	7,50	36,30	245,50	46,14
КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,30	2,90	13,80	94,00	22,35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,00	0,10	6,40	30,60	1,26
БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)	45	1,80	3,60	12,20	88,90	10,69
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,10	1,30	8,30	49,10	4,36
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>19,3</b>	<b>18,5</b>	<b>87</b>	<b>591,9</b>	<b>91,66</b>
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	60	0,70	0,10	2,30	12,90	5,59
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	200	1,50	4,00	10,00	82,70	22,10
РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)	200	17,20	24,10	29,80	404,90	123,15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,70	0,20	17,60	82,90	2,52
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,80	0,30	9,30	43,10	10,25
<b>Итого за обед:</b>	<b>815</b>	<b>25,2</b>	<b>29,1</b>	<b>97,1</b>	<b>750,7</b>	<b>176,21</b>

Неделя 2

Обучающиеся 12 лет и старше

День 5  
Пятница

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал	
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	5,42
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко, крупа пшено, вода, масло сл.)	250	10,30	9,40	45,30	306,80	53,92
КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,30	2,90	13,80	94,00	22,35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,00	0,10	6,40	30,60	1,26
БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)	45	1,80	3,60	12,20	88,90	10,69
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,10	1,30	8,30	49,10	4,36
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>555</b>	<b>21,3</b>	<b>20,4</b>	<b>96</b>	<b>653,2</b>	<b>99,44</b>
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	100	1,20	0,20	3,80	21,50	9,32
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,90	5,00	12,50	103,40	26,57
РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)	225	19,40	27,10	33,60	455,90	136,54
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,10	0,20	20,10	94,70	2,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	2,10
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,80	0,30	9,30	43,10	10,25
<b>Итого за обед:</b>	<b>940</b>	<b>29,1</b>	<b>33,2</b>	<b>109,5</b>	<b>853</b>	<b>198,58</b>
ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА (творог, мука пш., молоко, яйца, масло подсолн., сода)	150	7,1	6,9	25,1	189	37,47
КАКАО С МОЛОКОМ сл. (молоко сл., вода, какао-порошок)	200	3,8	3	24,4	141	22,35
<b>Итого за полдник:</b>	<b>350</b>	<b>10,9</b>	<b>9,9</b>	<b>49,5</b>	<b>330</b>	<b>59,82</b>

\* - 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.