

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Игнаткина Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

На «27 сентября» 2024 год.

Неделя 2		Обучающиеся 7-11 лет						
День 5								
Пятница								
Завтрак	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углев. оды			
	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	
Итого за завтрак:								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	505	19,3	18,5	87	591,9	91,66	
	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	
Итого за обед:								
		815	25,2	29,1	97,1	750,7	176,21	

Неделя 2		Обучающиеся 12 лет и старше						
День 5								
Пятница								
Завтрак	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углев. оды			
	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	
Итого за завтрак:								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	555	21,3	20,4	96	653,2	99,44	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	100	1,20	0,20	3,80	21,50	9,32	
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)	250	1,90	5,00	12,50	103,40	26,57	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	225	19,40	27,10	33,60	455,90	136,54	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (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	
Итого за обед:								
	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА (творог, мука пш., молоко, яйца, масло подс., сода)	940	29,1	33,2	109,5	853	198,58	
	КАКАО С МОЛОКОМ сг. (молоко сг, вода, какао-порошок)	150	7,1	6,9	25,1	189	37,47	
Итого за полдник:								
		350	10,9	9,9	49,5	330	59,82	

\* - 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.