



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся

На « 07 » 04 2025 год.

Зима
весна

Неделя 1								
Обучающиеся 7-11 лет								
День 1	Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	200	7,6	9,6	31,9	246	57,73
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	15	3,5	4,4	0	53,7	13,50
		ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,4	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	73,8	4,70
Итого за завтрак:			500	17,4	15,8	85,7	534	87,00
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	25,80
		ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,1	13,8	11,4	205	58,22
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п(макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	150	5,6	5	29,6	185	11,37
		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	20,54
		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
Итого за обед:			330	25,5	23,8	109	741	155,01
Неделя 1								
Обучающиеся 12 лет и старше								
День 1	Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	250	9,5	12	39,9	308	72,16
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	15	3,5	4,4	0	53,7	13,50
		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
		ПРЯНИКИ*** (промышленное производство)	20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,70
Итого за завтрак:			550	19,3	18,1	93,7	658	101,43
Обед		ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)**	100	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	31,03
		ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	120	12,1	15	12,5	223	63,45
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п(макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221	13,65
		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	20,54
		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
Итого за обед:			1020	28,3	26,8	118	816	177,63

* - 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.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652995314667932372014845887876356063299114658529

Владелец Башта Марина Николаевна

Действителен с 08.01.2025 по 08.01.2026