

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Кивандов А.С.



19 января 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

19 января 2023 г.



МЕНЮ ЕЖЕДНЕВНОЕ для обучающихся от 7 до 11 лет (1-4 кл) (сезон зима-весна)

в т.ч. Дети с ОВЗ, Дети-инвалиды и Дети мобилизованных граждан

19 января 2023 г.

Прием пищи, Наименование блюда	Выход порции	Цена,ру б.	Пищевые вещества, г			Энергетиче ская ценность, кКал
			Б	Ж	У	
2 неделя(четверг) завтрак						
Запеканка из творога с йогуртом(80\60)	140,00	51,58	8,82	14,00	16,38	296,00
Салат из моркови с яблоком	100,00	7,47	1,06	0,17	8,52	39,90
Хлеб пшеничный	30,00	2,31	2,28	0,24	14,37	71,40
Хлеб ржано-пшеничный	30,00	3,06	2,22	0,24	13,68	71,40
Чай с молоком	200,00	7,13	2,31	1,35	15,90	81,00
Кондитерское изделие (печенье)	20,00	2,62	1,36	3,70	2,96	25,00
Итого	520,00	74,17	18,05	19,70	71,81	584,70
Норма по СанПин 20-25%			15,4-19,25	15,8-19,7	67-83,75	470-587,5
2 неделя (четверг) обед						
Салат из свеклы с сыром	60,00	11,09	1,80	2,60	4,30	79,14
Суп с макаронными изделиями	200,00	6,60	1,90	4,06	10,39	93,60
Рыба прпущенная(100\10)	110,00	32,98	5,60	12,22	11,92	146,00
Каша вязкая (пшенная)	150,00	7,36	3,20	4,30	18,38	125,15
Сок фруктовый, ягодный (виноградный)	200,00	20,04	1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	40,00	3,08	3,04	0,32	19,16	95,20
Хлеб ржано-пшеничный	30,00	3,06	2,22	0,24	13,68	71,40
Кисломолочный продукт (ряженка 2,5 % жирности)	200,00	19,60	5,80	3,56	8,00	100,00
Итого	990,00	103,81	24,56	27,30	106,03	795,29
Норма по СанПин 30 -35%			23,1-26,95	23,7-27,6	100,5-11	705-822,5
2 неделя (четверг) полдник						
Яйцо отварное	40,00	10,62	5,08	4,60	0,28	63,00
Бутерброд с маслом(30\10)	40,00	10,79	2,36	7,49	14,89	136,00
Хлеб ржано-пшеничный	20,00	2,04	1,48	0,16	9,12	47,60
Кисломолочный продукт (Йогурт 2,5%)	200,00	49,41	8,70	7,50	12,60	153,00
Кондитерское изделие (печенье)	10,00	1,31	0,68	1,85	1,48	43,30
Итого	310,00	74,17	18,30	21,60	38,37	442,90
Норма по СанПин 10 -15%			7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,1	235-352,5