



МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 кл, в т.ч. ДЕТИ С ОВЗ И ДЕТИ-ИНВАЛИДЫ

28 сентября 2022 г.

Сезон (лето-осень)

3 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена\руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	11,32	1,90	3,00	1,10	61,00
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	35,05	4,60	8,50	11,00	178,50
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	110	11,87	0,40	0,30	11,30	51,70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	11,49	4,70	3,60	19,30	129,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,92	1,30	0,20	8,50	40,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,52	2,70	0,20	17,60	82,90
Итого за прием пищи:	615	74,17	15,60	15,90	68,70	544,60
Полдник						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	150	68,22	11,30	10,40	31,90	221,50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,95	0,00	0,00	6,80	27,10
Итого за прием пищи:	350	74,17	11,30	10,40	38,60	248,60
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	8,74	0,50	0,10	1,50	8,10
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	205	9,08	1,70	4,60	2,80	91,40
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	32,85	11,40	13,40	12,80	229,40
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	15,68	3,20	4,70	21,40	145,90
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	110	11,87	0,40	0,30	11,30	51,70
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180	19,11	0,90	0,20	17,60	75,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,60	3,80	0,30	25,10	118,40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,88	2,00	0,30	12,70	61,20
Итого за прием пищи:	885	103,81	23,90	23,90	105,20	781,20