

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кивандов А.С.

21 февраля 2023 г.



МЕНЮ ЕЖЕДНЕВНОЕ для обучающихся от 12 лет и старше (5-11 кл) (сезон зима-весна)

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

21 февраля 2023 г.

Прием пищи, Наименование блюда	Выход порции	Цена,руб.	Цена,руб.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал
			за род.плат	Б	Ж	У	
1 неделя (вторник) завтрак							
Салат из свеклы отварной с яблоком	60,00	10,62	5,26	0,84	0,60	4,95	55,68
Печень, тушеная в соусе(60\50)	110,00	43,34	41,96	13,99	15,00	4,89	174,90
Картофель отварной	150,00	15,45	15,45	2,85	4,31	23,01	142,35
Компот из смеси сухофруктов	200,00	4,32	4,32	0,66	0,090	32,00	132,80
Хлеб пшеничный	40,00	3,08	3,08	3,04	0,32	19,16	95,20
Хлеб ржано-пшеничный	25,00	2,55	1,93	1,85	0,20	11,40	47,60
Итого	585,00	79,36	72,00	23,23	20,52	95,41	648,53
Норма по СанПин 20-25%				18-22,5	18,4-23	76,6-95	544-680
1 неделя (вторник) обед							
Салат из моркови с яблоками	100,00	7,47	5,75	1,06	0,17	8,52	39,90
Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	19,94	17,94	5,58	6,63	17,02	163,50
Запеканка из творога с йогуртом(150\50)	200,00	56,57	55,29	25,70	20,00	27,63	370,00
Чай с сахаром	200,00	2,09	2,09	0,08	0,03	16,60	66,67
Хлеб пшеничный	60,00	4,62	4,62	4,56	0,48	28,74	142,80
Хлеб ржано-пшеничный	40,00	4,08	4,08	2,96	0,32	18,24	95,20
Плоды или ягоды свежие (яблоки)	110,00	16,34	7,23	0,44	0,44	10,78	51,70
Итого	960,00	111,11	97,00	40,38	28,07	127,53	929,77
Норма по СанПин 30 -35%				27--31,5	27,6--32	114,9--	816--952
1 неделя (вторник) полдник							
Картофель с в молоке	200,00	60,49		3,27	5,78	16,00	135,00
Хлеб ржано-пшеничный	20,00	2,04		1,48	0,16	9,12	47,60
Хлеб пшеничный	20,00	1,54		1,520	0,160	9,58	47,60
Кофейный напиток	200,00	15,29		2,86	2,67	15,94	100,60
Итого	440,00	79,36		9,13	8,77	50,64	330,80
Норма по СанПин 10 -15%				9--13,5	9,2--13,8	38,3-57	272-408