



24 января 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

24 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

24 январа 2023 г.

Прием пищи, Наименование блюда	Выход порции	Цена, руб.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал
			Б	Ж	У	
1 неделя (вторник) завтрак						
Салат из свеклы отварной с яблоком	60,00	10,62	0,84	0,60	4,95	55,68
Печень, тушенная в соусе(50\50)	100,00	41,74	12,72	8,76	3,81	159,00
Картофель отварной	150,00	15,45	2,85	4,31	23,01	142,35
Компот из смеси сухофруктов	200,00	4,32	0,66	0,090	32,00	132,80
Хлеб ржано-пшеничный	20,00	2,04	1,48	0,16	9,12	47,60
Итого	530,00	74,17	18,55	13,92	72,89	537,43
Норма по СанПин 20-25%			15,4-19,25	15,8-19,7	67-83,75	470-587,5
1 неделя (вторник) обед						
Салат из моркови с яблоками	60,00	4,66	0,63	0,10	5,11	23,94
Суп молочный с клецками(200\30)	230,00	19,24	5,13	6,10	15,65	150,42
Запеканка из творога с йогуртом(100\60)	160,00	56,43	16,05	16,00	22,10	296,00
Чай с сахаром	200,00	2,09	0,07	0,02	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	40,00	3,08	3,04	0,32	19,16	95,20
Хлеб ржано-пшеничный	25,00	2,55	1,85	0,20	11,40	59,50
Фрукты или ягоды свежие (бананы)	100,00	15,76	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого	815,00	103,81	27,17	23,14	98,22	732,06
Норма по СанПин 30 -35%			23,1-26,95	23,7-27,6	100,5-111	705-822,5
1 неделя (вторник) полдник						
Картофель в молоке	150,00	55,30	2,45	4,33	16,31	101,25
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	390,00	74,17	8,31	7,32	50,95	297,05
Норма по СанПин 10 -15%			7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,	235-352,5