



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

26 сентября 2022 г.

Сезон (лето-осень)

1 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена/руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	200	15,05	1,90	6,50	8,50	101,20
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	29,92	4,40	4,00	18,30	164,00
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	190	13,02	5,30	4,80	8,60	107,40
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	110	12,10	0,40	0,40	10,80	51,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,16	2,30	0,20	15,10	71,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,92	1,30	0,20	8,50	40,80
Итого за прием пищи:	600	74,17	15,60	16,00	69,70	536,10
Полдник						
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	45,36	8,90	9,70	19,00	163,80
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	25,69	0,40	0,40	9,80	47,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,12	0,10	0,00	9,80	39,70
Итого за прием пищи:	350	74,17	9,30	10,10	38,60	250,50
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	8,74	0,50	0,10	1,50	8,10
СУП-ЛАПША "ДОМАШНЯЯ"	200	10,85	2,10	3,20	2,10	88,70
МЯСО, ТУШЕННОЕ С КАПУСТОЙ	150	51,26	11,70	16,90	16,90	276,50
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (НЕ КРЕМОВЫЕ)	35	5,25	2,50	3,30	25,30	141,60
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180	21,23	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:	705	103,81	23,40	24,20	101,20	769,60