

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кивандов А.С.

10 февраля 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор
10 февраля 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

10 февраля 2023 г.

Прием пищи, Наименование блюда	Выход порции	Цена,ру б.	Пищевые вещества, г			Энергетиче ская ценность, кКал
			Б	Ж	У	
День 5 (пятница) завтрак						
Салат из свеклы отварной	60,00	3,93	0,84	0,60	4,95	55,68
Фрикадельки из кур с соусом(50\50)	100,00	33,03	8,19	7,85	8,99	178,60
Каша вязкая (рисовая)	150,00	19,08	3,21	3,60	18,41	113,43
Чай с лимоном	200,00	3,53	0,13	0,02	15,20	62,00
Хлеб ржано-пшеничный	20,00	2,04	1,48	0,16	9,12	47,60
Бутерброд с маслом (30\10)	40,00	12,56	2,36	7,49	14,89	136,00
Итого	570,00	74,17	16,21	19,72	71,56	593,31
Норма по СанПин 20-25%			15,4-19,25	15,8-19,7	67-83,75	470-587,5
1 неделя (пятница) обед						
Салат из моркови с яблоками	60,00	4,66	0,63	0,10	5,11	23,94
Борщ с капустой и картофеляи со сметаной(200\5)	205,00	9,30	1,47	4,02	8,95	85,07
Тефтели с соусом (80\20)	100,00	34,35	6,59	7,65	9,31	137,27
Макаронные изделия отварные с сыром	150,00	19,03	9,84	10,21	26,39	236,91
Какао с молоком	200,00	11,75	4,07	3,540	17,57	118,60
Хлеб пшеничный	40,00	3,08	3,04	0,32	19,16	95,20
Хлеб ржано-пшеничный	20,00	2,04	1,48	0,16	9,12	47,60
Кисломолочный продукт (ряженка 2,5 % жирности)	200,00	19,60	5,80	3,56	8,00	100,00
Итого	975,00	103,81	32,92	29,56	103,61	844,59
Норма по СанПин 30 -35%			23,1-26,95	23,7-27,6	100,5-11	705-822,5
1 неделя (пятница) полдник						
Капуста тушенная с яблоком	150,00	39,31	2,66	8,00	12,47	132,60
Компот из сухофруктов	180,00	5,37	1,36	1,01	11,93	60,75
Бутерброд с сыром(40\10)	50,00	15,84	5,80	8,30	14,83	157,00
Плоды или ягоды свежие (мандарин)	70,00	13,65	0,40	0,12	9,80	28,60
Итого	450,00	74,17	10,22	17,43	49,03	378,95
Норма по СанПин 10 -15%			7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,1	235-352,5