

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кивандов А.С.

30 января 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор
30 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

30 января 2023 г.

Прием пищи, Наименование блюда	Выход порции	Цена,ру б.	Пищевые вещества, г			Энергетиче ская ценность, кКал
			Б	Ж	У	
2 неделя (понедельник) завтрак						
Салат овощной	60,00	6,98	0,69	0,11	14,39	21,06
Фрикадельки рыбные с соусом(70\30)	100,00	25,13	8,35	3,00	8,13	92,50
Рагу из овощей	105,00	16,90	2,53	10,99	12,28	202,00
Соки фруктовые, ягодные (виноградный)	200,00	20,04	1,00	0,20	20,20	86,60
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
Итого	525,00	74,17	17,09	14,78	83,28	544,96
Норма по СанПин 20-25%			15,4-19,25	15,8-19,7	67-83,75	470-587,5
2 неделя (понедельник) обед						
Салат из белокачанной капусты с яблоками	60,00	9,01	0,07	3,06	6,69	54,06
Суп молочный с овощами	200,00	18,01	3,94	4,03	11,97	109,40
Мясные фрикадельки в соусе(70\30)	100,00	39,76	6,47	15,97	9,61	191,42
Каша вязкая (гречневая)	150,00	11,44	6,14	4,47	8,68	131,25
Компот из смеси сухофруктов	180,00	5,97	0,59	0,08	28,80	119,52
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
Плоды или ягоды свежие (бананы)	100,00	14,50	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого	850,00	103,81	23,23	28,59	115,03	844,45
Норма по СанПин 30 -35%			23,1-26,95	23,7-27,6	100,5-111	705-822,5
2 неделя (понедельник) полдник						
Крупейник с йогуртом	150,00	62,45	7,40	11,10	30,62	238,00
Хлеб пшеничный	15,00	1,15	1,14	0,12	7,18	35,70
Какао с молоком	180,00	10,57	4,07	3,540	17,57	118,60
Итого	345,00	74,17	12,61	14,76	55,37	392,30
Норма по СанПин 10 -15%			7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,	235-352,5