



УТВЕРЖДАЮ:
И.П. Кивандов А.С.
Александр Суренович

25 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

25 января 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор
25 января 2023 г.

И.П. Кивандов А.С.
Александр Суренович

Прием пищи, Наименование блюда	Выход порции	Цена,ру б.	Пищевые вещества, г			Энергетиче ская ценность, кКал
			Б	Ж	У	
1 неделя (среда) завтрак						
Овощи натуральные соленные (помидоры)	60,00	10,01	0,48	0,06	1,02	6,00
Биточки с соусом(70\30)	100,00	39,66	8,22	8,90	10,75	224,30
Макароны отварные с овощами	150,00	11,70	4,89	5,99	28,52	188,40
Кофейный напиток	180,00	10,76	2,84	2,40	15,95	90,54
Хлеб ржано-пшеничный	20,00	2,04	1,33	0,14	8,20	42,84
Итого	510,00	74,17	17,76	17,49	64,44	552,08
Норма по СанПин 20-25%			15,4-19,25	15,8-19,7	67-83,75	470-587,5
1 неделя (среда) обед						
Салат из свеклы с курагой	60,00	9,60	1,11	3,62	5,80	6,00
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной(200\5)	205,00	9,07	1,53	6,58	6,49	80,40
Запеканка картофельная с мясом	150,00	63,78	14,42	15,80	19,44	298,98
Компот из свежих плодов (яблоко)	200,00	6,17	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб пшеничный	50,00	3,85	3,80	0,40	23,95	119,00
Хлеб ржано-пшеничный	25,00	2,55	1,85	0,20	11,40	59,50
Плоды или ягоды свежие (яблоки)	110,00	8,79	1,65	0,55	23,10	105,60
Итого	800,00	103,81	24,52	27,31	118,06	784,08
Норма по СанПин 30 -35%			23,1-26,95	23,7-27,6	100,5-111	705-822,5
1 неделя (среда) полдник						
Каша жидкая молочная (овсянная)	150,00	47,63	5,59	9,16	24,47	203,57
Хлеб пшеничный	20,00	1,54	1,520	0,160	9,58	47,60
Кефир 2,5%	180,00	25,00	0,16	0,16	27,88	114,60
Итого	350,00	74,17	7,27	9,48	61,93	365,77
Норма по СанПин 10 -15%			7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,	235-352,5