

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кивандов А.С.
20 января 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор
20 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

20 января 2023 г.

Прием пищи, Наименование блюда	Выход порции	Цена,ру б.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал
			Б	Ж	У	
2 неделя (пятница)завтрак						
Салат из свеклы отварной с яблоком	60,00	4,48	0,84	0,60	4,95	55,68
Мясо тушеное (60\50)	110,00	51,37	10,58	10,60	2,80	247,50
Картофель отварной с луком	115,00	9,46	2,38	5,36	15,98	128,00
Компот из свежих плодов (яблоко)	200,00	6,17	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб пшеничный	35,00	2,69	2,66	0,28	16,29	83,30
Итого	520,00	74,17	16,62	17,00	67,90	629,08
Норма по СанПин 20-25%			15,4-19,25	15,8-19,7	67-83,75	470-587,5
2 неделя (пятница) обед						
Салат из белокочанной капусты с яблоками	60,00	6,10	0,07	3,06	6,69	54,06
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250,00	13,28	2,19	2,78	15,39	106,00
Запеканка из творога с морковью и йогуртом(110\70)	180,00	45,00	14,53	16,88	15,38	319,50
Кофейный напиток с молоком	200,00	13,76	2,86	2,67	15,94	100,60
Хлеб пшеничный	60,00	4,62	4,56	0,48	28,74	142,80
Хлеб ржано-пшеничный	25,00	2,55	1,85	0,20	11,40	59,50
Плоды или ягоды свежие (бананы)	100,00	18,50	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого	875,00	103,81	27,56	26,57	114,54	878,46
Норма по СанПин 30 -35%			23,1-26,95	23,7-27,6	100,5-111	705-822,5
2 неделя(пятница) полдник						
Рагу из птицы	150	61	10,76	10,05	13,03	186,00
Какао с молоком	180,00	12,60	4,07	3,540	17,57	118,60
Хлеб ржано-пшеничный	10,00	1,02	0,74	0,08	4,56	23,80
Итого	340,00	74,17	15,57	13,67	35,16	328,40
Норма по СанПин 10 -15%			7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,1	235-352,5