МЕНЮ (сентябрь-февраль)
организованное питание учащихся 1-5 классов

Понедельник - первая неделя

Наименование	Вес (г) готового блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Угл.		A	B1	C	E	Ca	Ph	Mg	Fe
Завтрак:														
Каша пшеничная (вязкая) с маслом	200/5		7,32	7,70	42,82	272	0,05	0,07	1,27	0,71	161,70	131,97	24,06	0,82
Бутерброд с сыром Российским с маслом	27/15/5		5,75	9,41	15,46	171	0,08	0,04	0,10	0,63	138,30	95,45	9,17	0,52
Чай с сахаром витаминизированный	200		0,20	0,00	15,19	58	0,09	0,23	15,52	1,81	128,75	4,00	8,30	0,40
Яблоко свежее	118		0,20	0,00	15,19	58	0,09	0,23	15,52	1,81	128,75	4,00	8,30	0,40
Итого:		**55-00**	**13,27**	**17,11**	**73,47**	**501**	**0,22**	**0,34**	**16,89**	**3,15**	**428,75**	**231,42**	**41,53**	**1,74**
Завтрак учащихся с ОВЗ:														
Каша пшеничная (вязкая) с маслом	200/2,8		8,46	8,84	46,82	303	0,06	0,18	1,25	0,20	160,3	207,75	56,79	1,7
Чай с сахаром	200		0,20	0,05	15,01	60	0,00	0,00	0,10	0,08	14,58	8,24	6,44	0,86
Итого:		**10-00**	**9,66**	**8,89**	**60,83**	**363**	**0,06**	**0,18**	**1,35**	**0,28**	**174,88**	**215,99**	**63,23**	**2,56**
Обед ГПД:														
Салат из моркови с яблоками и заправкой 615-1	60		0,56	4,59	4,23	62	0,78	0,02	3,15	2,16	13,12	22,99	15,94	0,54
Щи из квашеной капусты с картофелем на к/б со сметаной	250/10		2,66	2,77	6,54	66	0,17	0,05	13,18	1,26	44,26	254,83	28,93	0,76
Цыпленок-бройлер отварной	75													
Картофель отварной	100		18,61	18,06	17,93	321	0,08	0,16	17,22	0,52	33,57	191,72	36,13	1,83
Соус паровой на курином бульоне	50													
Компот из апельсинов	200		0,62	0,14	45,59	190	0,01	0,03	16,8	0,11	29,27	16,10	10,05	0,33
Хлеб ржано-пшеничный	30		3,96	0,72	23,76	119	0,00	0,10	0,00	0,84	17,40	90,0	28,20	2,34
Итого:		**80-00**	**26,41**	**26,28**	**98,05**	**758**	**1,04**	**0,36**	**50,35**	**4,89**	**137,62**	**575,64**	**119,25**	**5,80**
Обед МО, ОВЗ:														
Щи из квашеной капусты с картофелем на к/б со сметаной	250/10		2,66	2,77	6,54	66	0,17	0,05	13,18	1,26	44,26	254,83	28,93	0,76
Цыпленок-бройлер отварной	50		17,10	17,01	16,31	301	0,07	0,06	16,52	0,23	31,76	181,23	35,39	1,34
Картофель отварной	100													
Соус паровой на курином бульоне	50													

Чай с сахаром	200		0,62	0,14	45,59	190	0,01	0,03	16,8	0,11	29,27	16,10	10,05	0,33
Хлеб ржано-пшеничный	30		3,96	0,72	23,76	119	0,00	0,10	0,00	0,84	17,40	90,0	28,20	2,34
Итого:		**40-00**	**26,41**	**26,28**	**98,05**	**758**	**1,04**	**0,36**	**50,35**	**4,89**	**137,62**	**575,64**	**119,25**	**5,80**
Полдник:														
Кефир 2,5%	164		5,80	5,00	8,00	106	0,04	0,08	1,40	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20
Булочка «Осенняя»	40		2,68	4,04	18,49	129	0,06	0,03	0,04	0,44	6,54	21,36	4,64	0,32
Итого:		**25-00**	**8,68**	**9,04**	**26,49**	**235**	**0,10**	**0,11**	**1,44**	**0,44**	**246,54**	**201,36**	**32,64**	**0,52**

МЕНЮ (сентябрь-февраль)

организованное питание учащихся 6-11 классов

Понедельник - первая неделя

Наименование	**Вес (г) готового блюда**	**Цена**	**Пищевые вещества (г)**			**ЭЦ (ккал)**	**Витамины (мг)**				**Минеральные вещества**			
			Белки	**Жиры**	**Угл.**		**A**	**B1**	**C**	**E**	**Ca**	**Ph**	**Mg**	**Fe**
Завтрак:														
Каша пшеничная (вязкая) с маслом	200/10		9,14	8,59	53,52	330	0,06	0,10	1,59	0,87	201,97	164,73	30,06	1,03
Бутерброд с сыром Российским с маслом	27/15/5		5,75	9,41	15,46	171	0,08	0,04	0,10	0,63	138,30	95,45	9,17	0,52
Чай с сахаром витаминизированный	200		0,20	0,05	15,01	60	0,00	0,00	0,10	0,08	14,58	8,24	6,44	0,86
Яблоко свежее	155		0,20	0,00	15,19	58	0,09	0,23	15,52	1,81	128,75	4,00	8,30	0,40
Итого:		**65-00**	**15,49**	**18,45**	**93,79**	**608**	**0,14**	**0,17**	**11,79**	**1,78**	**370,85**	**279,42**	**54,67**	**4,61**