

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

Вторник - первая неделя

Наименование	Вес (г) готового блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Угл.		А	В1	С	Е	Ca	Ph	Mg	Fe
Завтрак:														
Бутерброд с маслом сладко-сливочным	27/5		2,30	9,12	15,50	154	0,65	0,03	0,00	0,61	6,90	21,40	3,94	0,38
Запеканка из творога со сгущенным молоком 8,5%	75/2,4		15,58	11,48	23,67	283	0,07	0,05	0,39	0,40	193,86	212,46	24,78	0,58
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:		55-00	18,08	20,65	54,18	497	0,72	0,08	0,49	1,09	215,34	242,10	35,16	1,82
Завтрак ОВЗ:														
Каша пшениная (жидкая) с маслом	200/2,4		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 капусты б/к с морковью и р/м	60		0,93	3,06	5,63	54	0,12	0,01	21,63	1,39	24,46	18,05	9,86	0,33
Уха с перловой крупой из трески	250/25		7,70	0,69	16,96	97	0,00	0,13	6,08	0,56	38,49	239,63	40,46	1,02
Печень по-строгановски	85													
Каша гречневая рассыпчатая	100		18,69	15,72	32,45	344	5,98	0,34	8,54	1,29	26,87	364,18	105,30	7,88
Напиток клюквенный	200		0,06	0,05	24,12	98	0,00	0,00	1,87	0,25	8,41	1,79	4,68	0,18
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	31,94	20,84	117,62	782,50	6,125	0,625	53,12	4,63	139,63	730,15	202	15,05
Обед МО, ОВЗ:														
Уха с перловой крупой из трески	250/25		7,70	0,69	16,96	97	0,00	0,13	6,08	0,56	38,49	239,63	40,46	1,02
Печень по-строгановски	50		18,69	15,72	32,45	344	5,98	0,34	8,54	1,29	26,87	364,18	105,30	7,88
Каша гречневая рассыпчатая	100													
Чай с сахаром с лимоном	200		0,20	0,00	15,19	58	0,09	0,23	15,52	1,81	128,75	4,00	8,30	0,40
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	31,34	20,24	102,92	712	6,11	0,58	38,12	4,33	115,63	713,65	188,50	11,75

Полдник:														
Молоко пастеризованное 3,2%	200		6,12	6,75	9,92	127	0,05	0,08	2,74	0,00	253,00	189,90	29,54	0,21
Булочка «Розовая»	59,42		3,07	1,06	18,73	104	0,00	0,05	0,12	0,46	7,65	24,20	5,25	0,58
Итого:		25-00	9,19	7,81	28,65	231	0,05	0,13	2,86	0,46	260,65	214,10	34,79	0,79

МЕНЮ (сентябрь-февраль)
организованное питание учащихся 6-11 классов

Вторник - первая неделя

Наименование	Вес (г) готового блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Угл.		А	В1	С	Е	Са	Ph	Mg	Fe
Завтрак:														
Бутерброд с маслом сладко-сливочным	27/10		19,83	14,77	32,36	369	0,09	0,37	0,54	0,51	257,67	276,52	32,67	0,73
Запеканка из творога со сгущенным молоком 8,5%	75/18		2,33	8,49	14,84	145	0,07	0,03	0,00	0,43	7,20	21,40	4,27	0,35
Чай с сахаром	200		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	22,36	23,26	62,39	572,00	0,25	0,63	16,06	2,75	393,62	301,92	45,24	1,48