

Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 150,08 руб. (завтрак, обед)

Категории:

Отдельные категории обучающихся, осваивающих программы основного общего, среднего общего образования:

- Обучающиеся один из родителей которых является иным участником специальной военной операции



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			52,95	64,74	165,80	1470,24
	ЗАВТРАК		14,29	25,88	89,14	650,81
15/17	Сыр (порциями)	15	3,90	3,98	0,53	54,36
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	250/5	6,06	8,90	32,28	233,45
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	40	3,00	1,00	21,00	105,00
	Кондитерское изделие (вафли)	40	1,33	12,00	25,33	216,00
	Итого:	550				
	ОБЕД		38,66	38,86	76,66	819,43
70/17	Овощи солёные порционные (огурцы)	100	0,80	0,00	1,70	10,00
113/17	Суп - лапша домашняя	250	7,11	16,26	17,93	246,50
54-27м/22	Капуста тушеная с мясом птицы	200	25,80	22,20	20,40	384,60
394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
	Итого:	800				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			42,57	34,98	251,65	1510,99
	ЗАВТРАК		18,44	9,50	143,11	742,12
182/17	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом сливочным	250/5	12,50	7,50	47,50	307,50
	Кондитерское изделие (печенье)	60	2,88	1,68	46,62	213,12
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного, витамин С	200	0,02		29,31	123,16
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	555				
	ОБЕД		24,13	25,48	108,54	768,87
52/17	Салат из свеклы	100	3,07	8,43	13,05	140,37
96/17	Рассольник "Ленинградский"	250	3,29	6,88	17,93	146,80
ТТК 301	Паста "Болоньезе"	200	13,96	9,77	37,34	293,12
323/17	Напиток "Каркаде", витамин С	200	0,01	0,00	15,62	65,65
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
	Итого:	800				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			65,49	50,11	214,64	1616,81
	ЗАВТРАК		18,07	17,55	82,79	581,40
	Фрукт	1 шт/130	0,40	0,40	9,80	47,00
209/17	Яйцо вареное	40	5,07	4,6	0,28	62,84
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	200/5	6,81	10,45	29,51	246,60
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1,99	1,70	18,60	102,03
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
	Итого:	625				

	ОБЕД		47,42	32,56	131,85	1035,41
75/17	Икра морковная	100	2,02	10,33	20,55	188,33
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,95	6,08	21,26	164,76
271/17	Котлета домашняя	100	17,09	10,70	12,12	212,83
54/21	Горошница	200	21,68	5,37	45,29	329,73
388/17	Напиток из плодов шиповника, витамин С	200	0,68	0,00	24,63	101,24
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
	Итого:	870				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			39,31	47,92	207,73	1440,25
	ЗАВТРАК		14,74	7,59	119,57	617,44
	Кондитерское изделие (пряники)	60	3,00	2,00	47,00	213,00
182/17	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом сливочным	250/5	9,08	5,31	45,35	276,40
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	86,04
	Итого:	550				
	ОБЕД		24,57	40,33	88,16	822,81
54-23з/22	Маринад овощной с томатом	100	1,33	8,83	9,83	124,50
82/17	Борщ с капустой и картофелем	250	5,80	10,70	19,70	198,30
291/17	Плов из мяса птицы	50/150	12,49	20,40	22,00	321,68
394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	1,15	0,00	12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
	Итого:	800				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			45,81	56,36	181,59	1442,53
	ЗАВТРАК		20,57	20,83	80,33	606,16
15/17	Сыр (порциями)	15	3,90	3,98	0,53	54,36
182/17	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом сливочным	250/5	10,63	11,81	20,16	229,46
	Кондитерское изделие (печенье)	40	3,00	4,72	29,96	182,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	550				
	ОБЕД		25,24	35,53	101,26	836,37
45/17	Салат из белокочанной капусты	100	1,57	5,10	9,43	92,10
101/17	Суп картофельный с рисовой крупой	250	5,71	15,30	23,80	255,75
229/17	Рыба, тушенная с овощами	50/50	12,38	5,61	6,30	125,21
312/17	Пюре картофельное	180	3,91	9,36	26,39	211,56
242/05	Напиток яблочно-лимонный	200	0,15	0,00	25,50	102,58
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
	Итого:	850				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			45,41	67,39	213,70	1675,45
	ЗАВТРАК		15,02	25,84	104,66	715,47
15/17	Сыр (порциями)	15	3,90	3,98	0,53	54,36
93/17	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом сливочным	250/5	6,79	8,86	47,80	298,11
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	40	3,00	1,00	21,00	105,00
	Кондитерское изделие (вафли)	40	1,33	12,00	25,33	216,00
	Итого:	550				
	ОБЕД		30,39	41,55	109,04	959,98

75/17	Икра морковная	100	2,02	10,33	20,55	188,33
99/17	Суп из овощей	250	8,14	15,35	13,96	234,73
268/17	Шницель мясной	100	11,31	12,38	11,30	201,80
309/17	Макаронные изделия отварные	180	6,77	3,41	43,20	241,20
394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	1,15	0,00	12,03	55,40
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
Итого:		850				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			44,30	69,72	221,48	1730,73
ЗАВТРАК			18,83	17,18	143,69	837,19
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	200/5	6,81	10,45	29,51	246,60
421/17	Сдоба обыкновенная	100	8,20	6,33	60,27	344,50
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного, витамин С	200	0,02		29,31	123,16
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
Итого:		555				
ОБЕД			25,47	52,54	77,79	893,54
70/17	Овощи солёные порционные (огурцы)	100	0,80	0,00	1,70	10,00
102/17	Суп картофельный с бобовыми	250	9,76	14,78	20,60	254,43
259/17	Жаркое по-домашнему	50/150	11,11	37,36	20,89	464,18
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
Итого:		800				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			51,00	64,03	239,69	1881,10
ЗАВТРАК			21,15	24,04	128,91	822,12
14/17	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,26	0,14	66,22
204/17	Макароны отварные с сыром	250/10	12,69	10,76	60,49	389,53
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1,99	1,70	18,60	102,03
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Кондитерское изделие (печенье)	40	3,33	4,00	30,00	166,00
Итого:		550				
ОБЕД			29,85	39,99	110,78	1058,98
45/17	Салат из белокочанной капусты	100	1,57	5,10	9,43	92,10
35/06	Свекольник	250	8,31	11,15	19,36	211,05
288/17	Птица отварная	100	13,72	20,40	1,36	365,87
304/17	Рис отварной	180	4,57	3,26	48,00	250,20
388/17	Напиток из плодов шиповника, витамин С	200	0,68	0,00	24,63	101,24
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
Итого:		850				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			42,77	56,62	197,37	1500,78
ЗАВТРАК			16,66	18,07	106,54	681,06
14/17	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,26	0,14	66,22
182/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	250/5	9,76	5,69	41,84	267,91
	Печенье	40	3,00	4,72	29,96	182,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
Итого:		555				
ОБЕД			26,11	38,55	90,83	819,72
71/04	Винегрет овощной	100	2,47	9,18	10,40	134,10
96/17	Рассольник "Ленинградский"	250	3,29	6,88	17,93	146,80
295/17	Котлеты из мяса птицы	100	12,12	16,33	15,67	258,15
303/17	Каша гречневая вязкая	180	5,56	6,00	24,96	176,10

394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	1,15	0,00	12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
Итого:		850				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			66,95	57,57	197,13	1592,82
ЗАВТРАК			48,44	20,72	94,83	769,54
	Фрукт	1 шт/130	0,40	0,40	9,80	47,00
223/17	Запеканка из творога с молоком сгущённым	200/10	45,00	20,00	55,35	582,20
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		580				
ОБЕД			18,51	36,85	102,30	823,28
70/17	Овощи солёные порционные (огурцы)	100	0,80	0,00	1,70	10,00
88/17	Пци из свежей капусты с картофелем	250	4,05	15,45	13,60	209,65
255/17	Печень по-строгановски	100/50	8,08	11,88	25,27	240,32
312/17	Пюре картофельное	180	3,91	9,36	26,39	211,56
242/05	Напиток яблочно-лимонный, витамин С	200	0,15	0,00	25,50	102,58
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
Итого:		900				