

Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 81,81 руб.

Категории:

- Обучающиеся по образовательным программам начального общего образования, не отнесенные к отдельным категориям (7-11 лет)



№ 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			15,09	23,55	83,69	611,26
	ЗАВТРАК		15,09	23,55	83,69	611,26
15/17	Сыр (порциями)	15	3,90	3,98	0,53	54,36
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	200/5	6,86	6,57	26,83	193,90
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:	500				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			22,68	16,36	122,78	728,66
	ЗАВТРАК		22,68	16,36	122,78	728,66
ТТК 301	Паста "Болоньезе"	200	13,96	9,77	37,34	293,12
348/17	Напиток из шиповника, витамин С	200	0,68	0,27	20,76	88,20
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Кондитерское изделие (печенье)	60	5,00	6,00	45,00	249,00
	Итого:	500				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			16,93	17,43	75,41	544,51
	ЗАВТРАК		16,93	17,43	75,41	544,51
	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	35	2,66	0,28	17,22	86,04
	Итого:	610				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			19,68	22,72	100,71	688,42
	ЗАВТРАК		19,68	22,72	100,71	688,42
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	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Кондитерское изделие (пряники)	60	3,00	2,00	47,00	213,00
	Итого:	500				

ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			19,59	13,81	78,39	527,02
	ЗАВТРАК		19,59	13,81	78,39	527,02
229/17	Рыба, тушеная с овощами	50/50	12,38	5,61	6,30	125,21
312/17	Пюре картофельное	150	3,26	7,80	21,99	176,30
242/05	Напиток яблочно-лимонный, витамин С	200	0,15	0,00	25,50	102,58
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
Итого:		500				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			12,66	21,07	93,10	616,84
	ЗАВТРАК		12,66	21,07	93,10	616,84
15/17	Сыр (порциями)	15	3,90	3,98	0,53	54,36
93/17	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом сливочным	200/5	4,43	4,09	36,24	199,48
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:		500				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			14,96	37,68	44,25	660,50
	ЗАВТРАК		14,96	37,68	44,25	660,50
70/17	Овощи солёные порционные (огурцы)	60	0,48	0,00	1,02	6,00
259/17	Жаркое по-домашнему	50/150	11,11	37,36	20,89	464,18
394/17	Компот из изюма, витамин С	200	0,33	0,00	2,66	91,98
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		500				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			18,61	21,89	116,81	744,22
	ЗАВТРАК		19,84	40,12	117,22	925,86
14/17	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,26	0,14	66,22
204/17	Макароны отварные с сыром	200/10	10,15	8,61	48,39	311,63
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:		500				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			24,59	21,38	90,31	660,42
	ЗАВТРАК		24,59	21,38	90,31	660,42
295/17	Котлеты из мяса птицы	90	10,91	14,70	14,11	232,34
302/17	Каша гречневая вязкая	160	8,73	6,28	39,57	249,75
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:		490				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			37,19	15,79	80,99	623,99
	ЗАВТРАК		37,19	15,79	80,99	623,99
	Фрукт	1 шт/130	0,40	0,40	9,80	47,00
223/17	Запеканка из творога с молоком сгущённым	150/10	33,75	15,07	41,51	436,65
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:		530				