

Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 10 руб. в день



Категории:

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

- Обучающиеся один из родителей которых является военнослужащим;
- Обучающиеся один из родителей которых является военнослужащим, погибшим (умершим) в результате участия в специальной военной операции;
- Обучающиеся один из родителей которых является иным участником специальной военной операции;
- Обучающиеся один из родителей которых является иным участником специальной военной операции, погибшим (умершим) в результате участия в специальной военной операции.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			46,27	47,68	195,70	1437,52
	ЗАВТРАК		21,16	16,88	84,18	602,23
399/17	Блинчик со сгущенным молоком	45/10	4,12	0,87	22,73	142,32
93/17	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом сливочным	250/2	13,29	14,76	25,20	286,66
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
	Итого:	557				
	ОБЕД		25,11	30,80	111,52	835,29
113/17	Суп - лапша домашняя	250	7,11	16,26	17,93	246,50
280/17	Фрикадельки куриные в соусе	55/50	10,01	9,78	15,20	188,86
303/17	Каша перловая	200	4,19	4,36	29,79	182,00
ТТК 19	Кисель с витаминами	200			24,00	95,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
	Итого:	805				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			39,66	43,85	221,82	1465,76
	ЗАВТРАК		12,41	22,94	102,21	668,63
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	250/2	7,00	6,69	34,30	225,38
411/16	Чай с сахаром	200			10,00	42,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
	Кондитерское изделие (вафли)	50 ¹	1,66	15,00	31,66	270,00
	Итого:	552				
	ОБЕД		27,25	20,91	119,61	797,13
96/17	Рассольник "Ленинградский"	250	3,29	6,88	17,93	146,80
288/17	Птица отварная	100	12,64	9,84	10,08	179,40
309/17	Макаронные изделия отварные	200	7,52	3,79	48,00	268,00
ТТК 20	Напиток с витаминами в ассортименте	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
	Итого:	800				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			41,38	44,68	233,61	1515,93
	ЗАВТРАК		18,65	13,04	128,11	698,10
	Кондитерское изделие (пряники)	60	3,00	2,00	47,00	213,00
182/17	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом сливочным	250/2	9,15	6,44	45,41	276,10

ТТК 21	Какао с молоком и витаминами	200	3,50	3,60	14,70	104,00
	Батон нарезной	40	3,00	1,00	21,00	105,00
	Итого:	552				
	ОБЕД		22,73	31,64	105,50	817,83
35/06	Свекольник	250	8,31	11,15	19,36	211,05
160/06	Голубцы ленивые с соусом	100/15	7,02	9,77	21,52	207,79
312/17	Пюре картофельное	200	4,35	10,40	29,32	235,00
ТТК 323	Напиток "Каркаде" с сахаром	200	0,01	0,00	15,62	65,65
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	805				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			41,39	32,22	248,51	1467,91
	ЗАВТРАК		15,77	15,39	114,71	658,26
181/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	250/2	7,85	9,14	40,96	277,51
	Кондитерское изделие (печенье)	50	4,17	5,00	37,50	207,50
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
	Итого:	552				
	ОБЕД		25,62	16,83	133,80	809,65
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,95	6,08	21,26	164,76
234/17	Котлета рыбная	100	12,55	6,80	15,53	173,55
304/17	Рис отварной с соусом	200/20	5,08	3,63	53,33	278,00
ТТК 19	Кисель с витаминами	200			24,00	95,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	810				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			64,71	55,16	220,61	1652,35
	ЗАВТРАК		32,74	24,71	104,79	775,98
	Сок фруктовый в инд. уп.(или фрукт яблоко)1 шт	125	0,00	0,00	14,38	57,50
219/17	Сырники из творога с молоком сгущенным (2	150	28,41	11,71	34,08	355,48
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:	555				
	ОБЕД		31,97	30,45	115,82	876,37
71/17	Огурцы свежие порционные (сент., окт.) или	60	0,48	0,06	1,50	8,46
47/11	Салат из квашеной капусты (с поября)	60	0,96	3,06	4,94	52,61
102/17	Суп картофельный с бобовыми	250	9,76	14,78	20,60	254,43
ТТК 301	Паста "Болоньезе"	250	17,45	12,21	46,68	366,40
ТТК 20	Напиток с витаминами в ассортименте	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
	Итого:	810				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			45,53	64,21	210,29	1707,23
	ЗАВТРАК		16,95	20,83	108,98	716,93
399/17	Блинчик со сгущенным молоком	45/10	4,12	0,87	22,73	142,32
182/17	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом сливочным	250/2	5,58	15,11	45,30	339,36
ТТК 21	Какао с молоком и витаминами	200	3,50	3,60	14,70	104,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
	Итого:	557				
	ОБЕД		28,58	43,38	101,31	990,30

99/17	Суп из овощей	250	8,14	15,35	13,96	234,73
182/06	Ежики мясные в соусе	60/50	8,73	22,34	12,38	285,50
54/21	Горохница	200	21,68	5,37	45,29	329,73
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:	800				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			44,27	58,33	214,19	1560,39
	ЗАВТРАК		17,07	12,69	133,16	709,85
	Кондитерское изделие (печенье)	50	4,17	5,00	37,50	207,50
182/17	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом сливочным	250/2	9,15	6,44	45,41	276,10
ТТК 19	Кисель с витаминами	200			24,00	95,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
	Итого:	552				
	ОБЕД		27,20	45,64	81,03	850,54
71/17	Огурцы свежие порционные (сент., окт.) или	60	0,48	0,06	1,50	8,46
ТТК 217	Салат "Витаминный" (с ноября)	60	0,40	1,86	4,12	34,80
113/17	Суп - лапша домашняя	250	7,11	16,26	17,93	246,50
291/17	Плов из мяса птицы	50/200	16,65	27,20	29,30	428,90
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:	800				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			49,09	52,72	221,74	1582,86
	ЗАВТРАК		12,41	22,94	102,21	668,63
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	250/2	7,00	6,69	34,30	225,38
411/16	Чай с сахаром	200			10,00	42,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
	Кондитерское изделие (вафли)	50	1,66	15,00	31,66	270,00
	Итого:	552				
	ОБЕД		36,68	29,78	119,53	914,23
82/17	Борщ с капустой и картофелем	250	5,80	10,70	19,70	198,30
46/05	Биточек куриный "Солнышко"	100	19,56	14,89	8,23	245,00
309/17	Макаронные изделия отварные	200	7,52	3,79	48,00	268,00
ТТК 20	Напиток с витаминами в ассортименте	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
	Итого:	800				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			39,66	53,85	241,42	1615,73
	ЗАВТРАК		13,85	12,14	118,96	637,51
181/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	250/2	7,85	9,14	40,96	277,51
	Кондитерское изделие (пряники)	60	3,00	2,00	47,00	213,00
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
	Итого:	552				
	ОБЕД		25,81	41,71	122,46	978,22
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,95	6,08	21,26	164,76
ТТК 246	Азу из мяса	100	11,34	29,00	17,00	374,36
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	200	5,72	6,23	35,60	221,17
ТТК 19	Кисель с витаминами	200			24,00	95,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
	Итого:	800				

ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			33,30	58,60	174,07	1369,78
ЗАВТРАК			15,39	14,67	84,68	533,83
	Фруктовое пюре (или фрукт яблоко) 1 шт	125	0,00	0,00	16,25	65,00
209/17	Яйцо вареное	40	5,07	4,6	0,28	62,84
182/17	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	200/2	7,32	9,07	37,15	258,99
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон парезной	40	3,00	1,00	21,00	105,00
Итого:			607			
ОБЕД			17,91	43,93	89,39	835,95
52/17	Салат из свеклы	110	3,37	9,28	14,36	154,40
88/17	Щи из свежей капусты с картофелем	250	4,05	15,45	13,60	209,65
259/17	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	25/150	5,55	18,68	10,45	232,09
ТТК 20	Напиток с витаминами в ассортименте	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	159,81