

Меню на 9 сентября 2024г.

Завтрак для обучающихся всех начальных классов

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
171	каша рисовая рассыпчатая	180	4,21	4,06	49,14	247,02
129	котлеты из птицы с томатным соусом	100	5,18	10,48	15,9	178,85
259	чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,65	12,4	71,4
1	хлеб пшеничный обогащенный	15	1,19	0,15	7,25	36,3
3	хлеб ржаной	15	0,74	0,15	6,72	31,5
	сок фруктовый в индивид.упаков. 0,2л	200	1	0,2	20,2	92
итого за завтрак		710	13,97	16,69	111,61	657,07

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			б	ж	у	
завтрак						
171	каша рисовая рассыпчатая	200	4,67	4,51	54,6	274,46
129	котлеты из птицы с томатным соусом	100	5,18	10,48	15,9	178,85
259	чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,65	12,4	71,4
1	хлеб пшеничный обогащенный	25	1,23	0,25	11,2	52,5
3	хлеб ржаной	25	2,03	0,25	12,2	60,5
	сок фруктовый в индивид.упаков. 0,2л	200	1	0,2	20,2	92
итого за завтрак		750	15,76	17,34	126,5	729,71

Завтрак для обучающихся, чьи родители участники СВО

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
171	каша рисовая рассыпчатая	200	4,67	4,51	54,6	274,46
129	котлеты из птицы с томатным соусом	100	5,18	10,48	15,9	178,85
259	чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,65	12,4	71,4
1	хлеб пшеничный обогащенный	25	1,23	0,25	11,2	52,5
3	хлеб ржаной	25	2,03	0,25	12,2	60,5
	сок фруктовый в индивид.упаков. 0,2л	200	1	0,2	20,2	92
итого за завтрак		750	15,76	17,34	126,5	729,71

Завтрак для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса

Завтрак для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
171	каша рисовая рассыпчатая	200	4,67	4,51	54,6	274,46
129	котлеты из птицы с томатным соусом	100	5,18	10,48	15,9	178,85
271	чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,01	40,51

1	хлеб пшеничный обогащенный	25	1,23	0,25	11,2	52,5
3	хлеб ржаной	25	2,03	0,25	12,2	60,5
итого за завтрак		550	13,19	15,51	103,91	606,82

Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов 1-4 классов

Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов 1-4 классов						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
171	каша рисовая рассыпчатая	180	4,21	4,06	49,14	247,02
129	котлеты из птицы с томатным соусом	100	5,18	10,48	15,9	178,85
259	чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,65	12,4	71,4
1	хлеб пшеничный обогащенный	15	1,19	0,15	7,25	36,3
3	хлеб ржаной	15	0,74	0,15	6,72	31,5
	сок фруктовый в индивид.упаков. 0,2л	200	1	0,2	20,2	92
итого за завтрак		710	13,97	16,69	111,61	657,07
обед						
24	салат из свеклы с растительным маслом	100	1,65	8,33	9,9	118,93
71	уха с крупой	250	8,12	0,64	11,19	82,37
169	каша пшеничная рассыпчатая	160	6,82	0,74	42,54	237,03
390	мясо тушеное	95	16,48	12,65	3,48	192,95
299	кисель из концентрата "Витошка"	200	0	0	24	95
1	хлеб пшеничный обогащенный	20	1,62	0,2	9,76	48,4
3	хлеб ржаной	30	0,7	0,23	2,2	13,05
итого за обед		825	34,69	22,56	100,87	774,68
итого за день		1535	48,66	39,25	212,48	1431,75

Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов 5-11 классов

Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов 5-11 классов						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			б	ж	у	
завтрак						
171	каша рисовая рассыпчатая	200	4,67	4,51	54,6	274,46
129	котлеты из птицы с томатным соусом	100	5,18	10,48	15,9	178,85
259	чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,65	12,4	71,4
1	хлеб пшеничный обогащенный	25	1,23	0,25	11,2	52,5
3	хлеб ржаной	25	2,03	0,25	12,2	60,5
	сок фруктовый в индивид.упаков. 0,2л	200	1	0,2	20,2	92
итого за завтрак		750	15,76	17,34	126,5	729,71
обед						
24	салат из свеклы с растительным маслом	60	0,990	5,000	5,940	71,360
71	уха с крупой	250	8,12	0,64	11,19	82,37
169	каша пшеничная рассыпчатая	160	6,82	0,74	42,54	237,03
390	мясо тушеное	95	16,48	12,65	3,48	192,95
299	кисель из концентрата "Витошка"	200	0	0	24	95
1	хлеб пшеничный обогащенный	20	1,62	0,2	9,76	48,4
3	хлеб ржаной	30	0,7	0,23	2,2	13,05
итого за обед		815	34,73	19,46	99,11	740,16
итого за день		1565	50,49	36,8	225,61	1469,87

Шеф-повар Игорь Шархмуллина И.А.