

Меню на 10 февраля 2023г.

Завтрак для обучающихся всех начальных классов

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
493,02	каша молочная "Дружба с маслом"	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
420,02	хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
401	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
27,01	сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62
итого за завтрак		1009	13,97	20,23	62,96	492,91

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
493,02	каша молочная "Дружба с маслом"	200/6	6,46	8,93	35,04	247,26
420,02	хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
401	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
27,01	сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62
итого за завтрак		920	15,57	22,44	71,65	554,26

Завтрак для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
493,02	каша молочная "Дружба с маслом"	206	7,4	10,23	40,14	283,27
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
итого за завтрак		446	10,6	10,63	72,12	427,17

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

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
493,02	каша молочная "Дружба с маслом"	155	4,86	6,72	26,35	185,91
283	чай с сахаром	200	0		9,98	39,9
420,02	хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	18,4	104
401	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
27,01	сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62
итого за завтрак		515	13,97	20,23	59,36	492,91
обед						
129,2	суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91
211,05	макаронные изделия отварные с маслом	206	7,76	4,31	49,49	280,6
502,53	биточки из мяса птицы с томатным соусом	90	9,95	9,48	8,57	159,02
294,01	компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
420,02	хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	18,4	104
421,11	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
итого за обед		826	30,18	19,3	133,24	853,18
итого за день		1341	56,05	50,29	209,08	1577,09

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

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
493,02	каша молочная "Дружба с маслом"	200/7	6,48	0,29	0,05	0,06
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
401	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
27,01	сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62
итого за завтрак		567	15,59	13,8	36,66	307,06
Обед						
129,2	суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91
211,47	макаронные изделия отварные с маслом	160	5,86	7,93	37,14	243,55
502,53	биточки из мяса птицы с томатным соусом(филе)	90	9,95	9,48	8,57	159,02
294,01	компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
420,02	хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	18,4	104
421,11	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
итого за обед		780	28,28	22,92	120,89	816,13
итого за день		1347	43,87	36,72	157,55	1123,19

Повар  Валиева Г.Г.