

Меню на 17 ноября 2022г.

завтрак для обучающихся всех начальных классов

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
41	салат студенческий	60	2,22	6,3	3,66	80,4
56,13	Борщ с капустой и картофелем	200	1,33	3,87	9,33	77
227,7	запеканка из творога со сгущенным молоком	1150/20	26,4	19	33,8	408
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
401,08	масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38,59	яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
итого за завтрак		1077	34,51	35,97	96,62	846,93

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						
41	салат студенческий	80	3	8,4	4,9	107
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,5
	фрикадельки мясные	44	11	8	10	160
227,7	запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
401,08	масло сливочное	10	0,8	7,3	0,1	66,1
38,59	яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
итого за завтрак		1147	44,7	38,94	95,98	921,35

завтрак для обучающихся, питающихся за счет родительского вноса

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
41	салат студенческий	80	3	8,4	4,9	107
56,1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,5
	фрикадельки мясные	44	11	8	10	160
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
итого за завтрак		590	20,03	22,57	62,54	537,4

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						
227,7	запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
27,01	масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38,59	яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
итого за обед		755	27,93	15,37	70,92	540,63
итого зазавтрак		759	55,86	30,74	141,84	1081,26
обед						
41	салат студенческий	60	2,22	6,3	3,66	80,4
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,6	4,53	8,12	80,49
445,35	котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98
302	каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
421,11	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
итого за день		1514	75,22	50,26	185,3	1503,22

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						
227,7	запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
27,01	масло сливочное	10	0,8	7,3	0,1	66,1
38,59	яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
итого за обед		881	28,67	16,87	70,92	553,85
обед						
41	салат студенческий	80	3	8,4	4,9	107
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62
445,35	котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,94
302	каша гречневая вязкая с маслом	200/7	6,15	0,19	0,02	0,02
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
421,11	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
итого за обед		765	28,25	26,95	79,3	644,48
итого за день		1646	53,5	45,5	153,7	1181,96

повар:  Ялилова И. Ф.