

Меню на 24 ноября 2023г.

Завтрак для обучающихся всех начальных классов

Завтрак для обучающихся всех начальных классов						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энер.цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
610,03	рис припущенный	200	5,1	8,72	51,64	306,25
189	биточки мясные с томатным соусом	90	12,08	11	10,15	171
274	чай витаминизированный	200			8,7	34
1	хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6
42	сыр (порциями)	15	3,48	4,4		54,6
476,01	кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
365	масло сливочное	8	0,08	5,7	0,08	52,8
	молочный шоколад Аленка 15гр	30	2,46	9,98	16,05	161,4
	мандарин	100	0,81	0,31	11,54	53
итого за завтрак		773	29,59	43,61	117,3	967,65

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов

завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энер.цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
610,03	рис припущенный	200	5,1	8,72	51,64	306,25
189	биточки мясные с томатным соусом	90	12,08	11	10,15	171
274	чай витаминизированный	200			8,7	34
420,06	хлеб пшеничный обогащенный витамин	50	3,6	0,45	24,75	117
42	сыр (порциями)	15	3,48	4,4		54,6
476,01	кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
365	масло сливочное	8	0,08	5,7	0,08	52,8
итого за завтрак		663	27,49	33,47	99,82	797,65

Завтрак для обучающихся, чьи родители участники СВО

Завтрак для обучающихся, чьи родители участники СВО						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энер.цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
610,03	рис припущенный	200	5,1	8,72	51,64	306,25
189	биточки мясные с томатным соусом	90	12,08	11	10,15	171
274	чай витаминизированный	200			8,7	34
420,06	хлеб пшеничный обогащенный витамин	50	3,6	0,45	24,75	117
42	сыр (порциями)	15	3,48	4,4		54,6
365	масло сливочное	8	0,08	5,7	0,08	52,8
476,01	кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
итого за завтрак		663	27,49	33,47	99,82	797,65

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)			энерг.цен.(ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
610,03	рис припущенный	200	5,1	8,72	51,64	306,25
189	биточки мясные с томатным соусом	90	12,08	11	10,15	171
274	чай витаминизированный	200			8,7	34

420,06	хлеб пшеничный обогащенный витамин	50	3,6	0,45	24,75	117
итого за завтрак		540	20,73	20,17	95,24	628,25

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)			энерг. цен (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
610,03	рис припущенный	200	5,1	8,72	51,64	306,25
189	биточки мясные с томатным соусом	90	12,08	11	10,15	171
274	чай витаминизированный	200			8,7	34
1	хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6
42	сыр (порциями)	15	3,48	4,4		54,6
476,01	кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
365	масло сливочное	8	0,08	5,7	0,08	52,8
	молочный шоколад Аленка 15гр	30	2,46	9,98	16,05	161,4
	мандарин	100	0,81	0,31	11,54	53
итого за завтрак		773	29,59	43,61	117,3	967,65
Обед						
208	суп картоф с макарон.изделиями	250	2,15	2,27	13,7	83,8
209	котлеты из птицы (куриные) с подливом	90	12,08	11	10,15	171
138,06	картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19
107	компот из смеси сухофруктов	200	0,12		19,4	79,6
1	хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6
421,11	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
итого за обед		790	23,93	20,06	102,79	672,19
итого за день		1563	53,52	63,67	220,09	1639,84

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)			энерг. цен.(ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
610,03	рис припущенный	200	5,1	8,72	51,64	306,25
189	биточки мясные с томатным соусом	90	12,08	11	10,15	171
274	чай витаминизированный	200			8,7	34
420,06	хлеб пшеничный обогащенный витамин	50	3,6	0,45	24,75	117
42	сыр (порциями)	15	3,48	4,4		54,6
476,01	кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
365	масло сливочное	8	0,08	5,7	0,08	52,8
итого за завтрак		663	27,49	33,47	99,82	797,65
обед						
208	суп картоф с макарон.изделиями	250	2,15	2,27	13,7	83,8
39	фрикадельки мясные	44	11	8	10	160
209	котлеты из птицы (куриные) с подливом	90	12,08	11	10,15	171
138,06	картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19
107	компот из смеси сухофруктов	200	0,12		19,4	79,6
420,06	хлеб пшеничный обогащенный витамин	50	3,6	0,45	24,75	117
421,11	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
	сок фруктовый в индивид.упаков. 0,2л	200	1	0,2	20,2	92
итого за обед		1054	37,1	28,41	143,1	968,59
итого за день		1717	64,59	61,88	242,92	1766,24

Шеф-повар Шаф Шархмуллина И.А.