

Меню на 22 марта 2024г.

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						
114	каша рисовая молочная вязкая с маслом	205	5,1	6,62	32,61	210,13
282,11	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
365	масло сливочное	8	0,08	5,7	0,08	52,8
итого за завтрак		458	11,11	17,02	56,03	424,13

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						
114	каша рисовая молочная вязкая с маслом	205	5,1	6,62	32,61	210,13
282,11	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
	йогурт для детского питания	100	3,2	3	9,2	80
итого за завтрак		578	15,48	20,17	75,34	548,53

Завтрак для обучающихся, чьи родители участники СВО

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энер.цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
114	каша рисовая молочная вязкая с маслом	205	5,1	6,62	32,61	210,13
282,11	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
	йогурт для детского питания	100	3,2	3	9,2	80
итого за завтрак		578	15,48	20,17	75,34	548,53

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						
114	каша рисовая молочная вязкая с маслом	205	5,1	6,62	32,61	210,13
282,11	чай витаминизированный	200			8,7	34
420,06	хлеб пшеничный обогащенный витамин	50	3,6	0,45	24,75	117
итого за завтрак		455	8,72	7,07	66,06	361,13

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	
Заавтрак						
114	каша рисовая молочная вязкая с маслом	205	5,1	6,62	32,61	210,13
282,11	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
365	масло сливочное	8	0,08	5,7	0,08	52,8
	йогурт для детского питания	100	3,2	3	9,2	80
итого за завтрак		558	14,31	20,02	65,23	504,13
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		1348	38,24	40,08	168,02	1176,32

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						
114	каша рисовая молочная вязкая с маслом	205	5,1	6,62	32,61	210,13
282,11	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
	йогурт для детского питания	100	3,2	3	9,2	80
итого за завтрак		578	15,48	20,17	75,34	548,53
обед						
208	суп картофель 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
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		1010	26,1	20,41	133,1	808,59
итого за день		1588	41,58	40,58	208,44	1357,12

Шеф-повар Шархмуллина И.А.