

Меню на 18 мая 2023г.

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 со сметаной	210	2,03	5,67	10,16	100,62
39	фрикадельки мясные	44	11	8	10	160
227,7	запеканка из творога со сгущенным молоком	120	23,37	8,57	21,09	259,1
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	140	0,5	0,5	12,25	58,75
итого за завтрак		832	43,18	35,34	94,74	881,65

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	260	1,6	4,53	8,12	80,49
39	Фрикадельки мясные	44	11	8	10	160
227,7	запеканка из творога со сгущенным молоком	120	23,37	8,57	21,09	259,1
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	140	0,5	0,5	12,25	58,75
итого за завтрак		902	43,03	35,8	81,69	829,37

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						
41	салат студенческий	80	3	8,4	4,9	107
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	260	1,6	4,53	8,12	80,49
39	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		634	19,6	21,43	60,5	517,39

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	120	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
401,08	масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38,59	яблоко	140	0,5	0,5	12,25	58,75
итого за обед		518	27,93	15,37	70,92	540,63
Обед						
41	салат студенческий	60	2,22	6,3	3,66	80,4
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	2,03	5,67	10,16	100,62
39	Фрикадельки мясные	44	11	8	10	160
302	каша гречневая вязкая с маслом	155	4,77	4,86	21,48	148,55
445,35	котлеты мясные с томатным соусом	90	9,87	11,79	8,34	178,98
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
	печенье по 100 гр.	100	4,8	12,6	51,37	327,82
итого за обед		949	41,89	50,12	160,89	1254,27
итого за день		1467	69,82	65,49	231,81	1794,9

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	120	23,37	8,57	21,09	259,1
283	чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	18,4	104
401,08	масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38,59	яблоко	140	0,5	0,5	12,25	58,75
401,08	масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
итого за завтрак		526	27,13	15,27	61,82	514,63
Обед						
41	салат студенческий	80	3	8,4	4,9	107
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	260	2,03	5,67	10,16	100,62
39	Фрикадельки мясные	44	11	8	10	160
302	каша гречневая вязкая с маслом	207	4,77	4,86	21,48	148,55
445,35	котлеты мясные с томатным соусом	90	9,87	11,79	8,34	178,98
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
	печенье по 100 гр.	100	4,8	12,6	51,37	327,82
итого за обед		1071	42,67	52,22	162,13	1280,87
итого за день		1597	69,8	67,49	223,95	1795,5

Шеф-повар  Шархмуллина И.А.