



Меню на 12.11.2024

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белк и	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-150	150	5,600	6,600	26,400	187,000
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками мясными	235	16,750	12,570	32,370	314,780
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
266	Какао на молоке	200	9,200	7,100	11,030	148,460
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной, обогащенный (для детского питания) 15	15	0,740	0,150	6,720	31,500
	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке, 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92
Итого за завтрак		935	37,985	30,219	118,555	917,398

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей и СВО)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-200	200	7,467	8,800	35,200	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	285	18,190	13,710	37,960	353,470
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
266	Какао на молоке	200	9,200	7,100	11,030	148,460
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
Итого за завтрак		845	41,84	33,66	137,59	1039,66

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-200	200	7,467	8,800	35,200	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	285	18,190	13,710	37,960	353,470
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500

Итого за завтрак	735	29,003	23,030	106,570	756,313
------------------	-----	--------	--------	---------	---------

Завтрак (для обучающихся ОВЗ и для детей - инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-200	200	7,467	8,800	35,200	249,333
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
266	Какао на молоке	200	9,200	7,100	11,030	148,460
1	Хлеб ржаной,обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный,обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Сок фруктовый в индивид упаковке, 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92

Обед (для обучающихся ОВЗ и для детей - инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
18	Салат из моркови и яблок	100	0,933	3,483	9,767	75,417
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и грибами,фрикадельками	285	18,190	13,710	37,960	353,470
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
390	Мясо тушеное-50/45	50/45	16,480	12,650	3,480	192,950
707	Компот из смеси сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб пшеничный,обогащенный витаминами20г	20	1,620	0,200	9,760	48,400
1	Хлеб ржаной обдирный обогащенный 30	30	0,700	0,230	2,200	13,050
Итого за обед		895	32,995	28,667	116,02	856,294
Итого за день			33,995	28,867	136,22	948,294

Повар  Мударисова Г.И./

