

**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 147,00 руб.
(завтрак, обед)**

Категории:

- Отдельные категории обучающихся, осваивающих программы начального общего образования: обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			41,21	45,02	190,07	1377,05
	ЗАВТРАК		16,41	19,87	99,29	665,00
15/17	Сыр (порциями)	10	2,60	2,65	0,35	36,24
14/17	Масло сливочное (порциями)	5	0,05	3,63	0,07	33,11
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	205	6,81	10,45	29,51	246,60
	Пряник	40	1,92	1,12	31,08	148,68
414/16	Кофейный напиток с молоком	200	1,99	1,70	18,60	102,03
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	500				
	ОБЕД		24,80	25,15	90,78	712,05
45/17	Салат из белокочанной капусты	60	0,94	3,06	5,66	55,26
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	205	3,09	4,61	12,54	107,36
291/17	Плов из филе птицы	200	17,73	17,16	42,90	409,09
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	705				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			38,59	48,87	159,05	1270,69
	ЗАВТРАК		12,62	16,91	71,04	503,65
ТТК 370	Голубцы ленивые	115	6,32	8,79	19,37	187,01
312/17	Пюре картофельное	150	3,26	7,80	21,99	176,30
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	505				
	ОБЕД		25,97	31,96	88,01	767,04
52/17	Салат из свеклы	60	0,84	3,06	6,83	59,75
101/17	Суп картофельный с рисовой крупой с фрикадельками	205	2,57	9,24	18,04	169,72
260/17	Гуляш из птицы (грудка)	100	14,25	16,66	5,27	232,00
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5,64	2,84	36,00	201,00
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
	Итого:	735				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			44,49	31,55	181,27	1233,86
	ЗАВТРАК		19,03	6,46	83,52	489,34
54-283/23	Свекла отварная дольками	60	0,90	0,06	5,28	27,00
ТТК 269	Жаркое "Пикантное"	200	14,09	5,98	27,56	229,00
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1,00	0,10	31,00	135,00

	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		500				
	ОБЕД		25,46	25,09	97,75	744,52
75/17	Икра морковная	60	1,21	6,20	12,33	113,00
82/17	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и фрикадельками	210	2,64	3,56	11,76	93,00
295/17	Котлеты из мяса птицы	90	11,84	10,06	16,03	208,00
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	5,19	39,63	250,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
Итого:		730				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			49,58	49,29	160,68	1330,23
	ЗАВТРАК		21,17	17,48	82,38	592,27
	Яблоко	100	0,40	0,00	9,80	42,84
291/17	Плов из филе птицы	200	17,73	17,16	42,90	409,09
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		540				
	ОБЕД		28,41	31,81	78,30	737,96
71/04	Винегрет овощной	60	0,88	3,11	5,64	55,80
99/17	Суп из овощей со сметаной и фрикадельками	210	6,51	12,28	11,17	187,78
ТТК 209	Азу из мяса птицы по домашнему	260	18,35	16,26	39,62	389,81
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
Итого:		750				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			43,02	40,33	191,87	1350,32
	ЗАВТРАК		15,20	15,11	79,06	532,43
ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6,14	11,91	10,92	178,84
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5,64	2,84	36,00	201,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	110,59
Итого:		500				
	ОБЕД		27,82	25,22	112,81	817,89
62/17	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,06	16,92	74,71
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	205	3,09	4,61	12,54	107,36
182/06	Ежики в соусе	110	5,73	16,34	10,38	215,00
54/21	Гороховое пюре	150	16,26	4,03	33,97	247,30
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1,00	0,10	31,00	135,00
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
Итого:		745				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			36,35	47,66	178,22	1330,81
	ЗАВТРАК		11,64	10,52	89,50	519,50
	Яблоко	100	0,40	0,00	9,80	42,84
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом сливочным	203	8,20	10,20	50,02	336,32
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34

	Итого:	543				
	ОБЕД		24,71	37,14	88,72	811,31
75/17	Икра морковная	60	1,21	6,20	12,33	113,00
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	205	3,96	4,86	17,01	131,81
ТТК 218	Бигус с птицей	200	16,48	25,76	10,39	345,00
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,02		29,31	123,16
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	705				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			39,83	46,42	171,92	1328,42
	ЗАВТРАК		20,17	13,51	95,15	606,52
ТТК 243	Биточки "Чикенфиш"	90	11,81	8,11	4,87	143,05
304/17	Рис отварной	150	3,81	2,72	40,00	208,48
	Печенье	20	1,50	2,36	14,98	91,00
323	Напиток каркаде с сахаром	200	0,01		15,62	65,65
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	500				
	ОБЕД		19,66	32,91	76,77	721,91
45/17	Салат из белокочанной капусты	60	0,94	3,06	5,66	55,26
35/06	Свекольник со сметаной и фрикадельками	210	4,65	6,92	12,49	134,27
278/14	Тефтели мясные с соусом	110	9,15	14,97	10,60	217,68
312/17	Пюре картофельное	150	3,26	7,80	21,99	176,30
346/17	Напиток апельсиновый	200	0,14		16,19	89,23
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
	Итого:	750				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			43,22	53,35	150,54	1295,73
	ЗАВТРАК		17,76	14,36	71,48	504,64
ТТК 369	Митболы "Ориджинал" с красным соусом	110	9,08	11,20	5,80	163,30
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5,64	2,84	36,00	201,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	500				
	ОБЕД		25,46	38,99	79,06	791,09
52/17	Салат из свеклы	60	0,84	3,06	6,83	59,75
98/17	Суп крестьянский с крупой со сметаной и фрикадельками	210	7,49	22,52	13,83	292,92
295/17	Котлеты из мяса птицы	90	11,84	10,06	16,03	208,00
303/14	Каша перловая вязкая	150	3,14	3,27	22,34	136,50
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
	Итого:	730				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			49,44	30,97	184,49	1261,33
	ЗАВТРАК		28,65	11,99	73,56	537,27
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,91
223/17	Запеканка из творога с джемом	120	18,98	7,07	31,77	276,78
	Яблоко	100	0,40	0,00	9,80	42,84

394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		500				
	ОБЕД		20,79	18,98	110,93	724,05
62/17	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,06	16,92	74,71
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	205	3,96	4,86	17,01	131,81
ТТК370	Голубцы ленивые	115	6,32	8,79	19,37	187,01
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	5,19	39,63	250,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
Итого:		750				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			46,15	47,07	159,06	1287,23
	ЗАВТРАК		24,86	13,04	74,82	536,82
110/06	Рыба, запеченная в омлете	100	17,83	7,99	4,25	165,00
304/17	Рис отварной	150	3,81	2,72	40,00	208,48
238/06	Соус томатный	20	0,18	2,01	0,89	23,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		510				
	ОБЕД		21,29	34,03	84,24	750,41
54-283/23	Свекла отварная дольками	60	0,90	0,06	5,28	27,00
102/17	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	205	5,81	11,82	15,48	196,00
ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6,14	11,91	10,92	178,84
143/17	Рагу из овощей	150	5,77	10,08	30,69	244,00
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
Итого:		740				