



17 мая 2023 года.

Ежедневное меню питания завтраков и обедов
 для учащихся возрастной категории 7-11 лет, в том числе детей, имеющих статус
 обучающихся с ОВЗ и инвалидов, на весенний период муниципальных общеобразовательных
 учреждений Приморско-Ахтарского района

завтрак

Принем пищи- Неделя 1 день 2	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность (ккал)	стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	13	19,82
	Плов из отварной говядины	200	15,2	15,4	38,6	354	42,75
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88	4,76
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,16	10,51	47	1,30
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,24	7,68	35	1,49
	Услуга на оказание питания						25,00
Итого за ЗАВТРАК		500,00	19,24	16,20	79,83	537	95,12

обед

Принем пищи- Неделя 1 день 2	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность (ккал)	стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы		
ОБЕД	Горошек зеленый	60	1,8	0,15	3,6	22,2	14,82
	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	86	7,50
	Фрикадельки из кур с маслом сливочным	100	11,48	10,62	8,37	248	43,40
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,44	138	10,70
	Кисель из плодов или ягод свежих	200	0,13	0,06	24,54	117	6,32
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,32	21,01	94	2,60
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,24	7,68	35	1,49
	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	56	7,00
	Услуга на оказание питания						25,00
Итого за ОБЕД		870	22,58	20,66	105,02	796,2	118,83
Итого за день			41,82	36,86	184,85	1333,20	213,95



17 мая 2023 года.

Ежедневное меню питания завтраков и обедов
для учащихся возрастной категории 12 лет и старше, в том числе имеющих статус
обучающихся с ОВЗ и инвалидов, на весенний период муниципальных
общеобразовательных учреждений Приморско-Ахтарского района

завтрак

Пример пищевого рациона 1 день 3	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	22	33,04
	Плов из отварной говядины	210	15,96	16,17	40,53	373	45,10
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88	4,76
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71	1,95
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,24	7,68	35	1,49
	наценка						30,07
Итого за ЗАВТРАК		560,00	21,32	17,13	87,53	589	116,41

завтрак

Пример пищевого рациона 1 день 3	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	22	33,04
	Плов из отварной говядины	210	15,96	16,17	40,53	373	45,10
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88	4,76
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71	1,95
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,24	7,68	35	1,49
	Услуга на оказание питания						25,00
Итого за ЗАВТРАК		560,00	21,32	17,13	87,53	589	111,34

обед

Пример пищевого рациона 1 день 3	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы		
ОБЕД	Горошек зеленый	100	3	0,25	6	17	24,71
	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107	9,50
	Фрикадельки из кур с маслом сливочным	110	12,63	20,48	9,21	272	47,31
	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	165	12,45
	Кисель из плодов или ягод свежих	180	0,12	0,05	22,09	105	5,78
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,4	26,26	114	3,25
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,36	11,52	53	2,24
	Яблоки свежие	150	0,6	0,6	14,7	71	10,50
	Услуга на оказание питания						25,00
Итого за ОБЕД		1050	27,5	32,99	126,29	928	140,54
Итого за день			48,82	50,12	213,82	1517	251,88