



УТВЕРЖАЮ
ИП: В.И. Козлов
В.И. Козлов



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №8
им. А. Демина
Брюховского района
Ложкина Л.А.

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,

На « 11 » 04 2025 год.

Зима-весна

Обучающиеся 7-11 лет									
Неделя 1	День 5	Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
					Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (капуста кв., лук репч., сахар, масло подс.)			60	1	3,6	4,9	56,4	6,69
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза конс., вода, масло подс., соль)			180	12,5	13,9	32,2	294,8	113,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ п (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)			200	2,8	2,5	13,6	88	18,42
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)*			100	0,8	0,2	7,5	38	21,42
Итого за завтрак:				580	20,2	20,7	76	565,2	165,55
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**			60	0,5	0,1	1	6,6	15,56
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)			200	1,5	3,5	5,6	60	25,8
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)			100	12,6	15,2	8,1	265,4	89,63
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек конс., масло сл., соль)			150	4,1	5,8	23,8	112,9	34,28
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)			200	1	0,2	20,2	86	20,54
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			50	3,8	0,4	24,6	117	6,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			35	2,8	0,5	14	72,1	5,65
Итого за обед:				795	26,3	25,7	97,3	720	198,31
Обучающиеся 12 лет и старше									
Неделя 1	День 5	Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
					Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (капуста кв., лук репч., сахар, масло подс.)			100	1,6	6	8,2	94	11,16
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза конс., вода, масло подс., соль)			200	13,9	15,4	35,8	327,6	124,75
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ п (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)			180	2,5	2,3	12,2	79,2	16,62
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)*			100	0,8	0,2	7,5	38	21,42
Итого за завтрак:				640	23,4	24,5	91,4	673,6	182,66
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**			100	0,8	0,1	1,7	11	25,93
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)			250	1,9	4,4	7	75	32,25
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)			110	13,8	16,7	8,9	292	95,59
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек конс., масло сл., соль)			200	5,5	7,7	31,8	150,5	42,13
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)			200	1	0,2	20,2	86	20,54
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			50	3,8	0,4	24,6	117	6,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за обед:				950	30	30,1	110,2	813,9	229,75

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.