

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ Гимназия № 14  
Шуляк Н.В.



Меню на 9.11.2023г.

День 9

Возрастная категория: 6-10 лет, бесплатное питание для 1-4 класса, ОВЗ

Наименование блюд	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
1	2	3	Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
Оладьи из творога со сгущенкой	185	25,93	17,44	19,08	41,68	402,81
Какао с молоком	200	10,96	3,88	3,1	17,18	113,44
хлеб йодированный	40	3,63	3,04	1,12	20,56	104,48
Фрукты	100	18,00	3,04	1,12	20,56	104,48
Итого:	425	58,52	24,36	23,3	79,42	620,73
<b>Обед</b>						
Наименование блюд	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Ккал
1	2	3	Б	Ж	У	
Салат из моркови с изюмом	60	6,14	0,77	0,07	10,16	45,72
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	10,60	7,69	4,14	15,76	131,51
Нагетсы куриные с соусом	90/30	36,08	14,12	7,12	8,2	142,65
Картофельное пюре	150	17,72	1,64	2,71	11,16	75,82
Компот из сухофруктов	200	4,36	0,78	0,06	22,12	93,28
Кондитерское изделие	40	8,05	5,52	5,74	30,45	156,73
Хлеб ржано-пшеничный	25	2,47	2,64	0,48	13,36	69,6
Хлеб пшеничный	25	2,37	2,37	0,3	14,49	70,5
Итого:	760	87,79	35,53	20,62	125,7	785,81

Возрастная категория: 11-18 лет, бесплатное питание для М/О, ОВЗ, день 10

Наименование блюд	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
1	2	3	Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
Оладьи из творога со сгущенкой	238	34,25	18,53	20,21	43,52	413,57
Какао с молоком	200	10,96	3,88	3,1	17,18	113,44
хлеб йодированный	40	4,84	3,04	1,12	20,56	104,48
Фрукты	100	18,00	3,04	1,12	20,56	104,48
Итого:	478	68,05	25,45	24,43	81,26	631,49
<b>Обед</b>						
Наименование блюд	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Ккал
1	2	3	Б	Ж	У	
Салат из моркови с изюмом	100	10,09	0,85	0,08	11	46,42
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	250	11,93	8,85	5,02	16,24	133,21
Нагетсы куриные с соусом	100/30	39,83	15,16	8,24	9,2	13,45
Картофельное пюре	180	20,99	2,03	3,01	12,01	77,82
Компот из сухофруктов	200	4,36	0,78	0,06	22,12	93,28
Кондитерское изделие	40	8,05	5,52	5,74	30,45	156,73
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,97	2,64	0,48	13,36	69,6
Хлеб пшеничный	30	2,84	2,37	0,3	14,49	70,5
Итого:	910	102,06	38,20	22,93	128,87	661,01

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ Гимназия № 14  
Шуляк Н.В.



Меню на 9.11.2023г.

**ПОЛДНИК**

Возрастная категория: 6-10лет, бесплатное

питание для ОВЗ

Наименование блюд	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
1	2	3				
Булочка	40	6,24	2,9	5,16	20,85	151,2
Фрукты	100	13,66	8,06	8,54	51,8	303,26
Сок	200	24,00	0,17	0,07	14,39	62,09
ИТОГО	340	43,90	11,13	13,77	87,04	516,55

Возрастная категория: 11-18лет, бесплатное

питание для ОВЗ

Наименование блюд	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
1	2	3				
Булочка	40	6,24	2,9	5,16	20,85	151,2
Кондитерское изделие	30	4,44	9,02	9,35	53,74	332,58
Сок	200	24,00	0,17	0,07	14,39	62,09
Фрукты	120	16,34	8,06	8,54	51,8	303,26
ИТОГО	270	51,02	12,09	14,58	88,98	545,87

Бесплатное питание для ГПД

Наименование блюд	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
1	2	3				
Булочка	40	6,24				
Банан	128	17,33				
Сок	200	24,00				
ИТОГО	368	47,57				