

Директор КОГОАУ Вятский многопрофильный лицей

А.М. Хилалутдинова



Примерное десятидневное меню с указанием пищевой ценности для учащихся возрастной категории детей с 11 лет и старше, по целевым субсидиям бюджета
"Обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья "
"Обеспечение бесплатным двухразовым питанием детей-инвалидов"
"Предоставление бесплатного горячего питания ребенку участника специальной военной операции";
на осенне-зимний период по Вятскому многопрофильному лицейю на 2024-2025 г

Примерное меню обеда

10-дневное меню для учащихся возрастной категория: 11 лет и старше. Питание детей с ОВЗ, дети-инвалиды, участника СВО Сезон: осень-зима

Прием пищи, наименование блюда		витамины, микроэлементы (мг)															
неделя	понеделник	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Са	Mg	Fe	C	B1	B2	A	D	йод	селен	фтор
			Б	Ж	У												
	Обед																
42	Суп картофельный с горохом на курином бульоне	250	6,25	5	20	147,5	9,3	18,5	2,1	0,6	13,60	14,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
98	Котлета рубленая из говядины	100	15,0	12,0	13,0	218,0	16,4	28,6	0,6	0,1	22,00	32,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
177	Рис отварной с соусом томатным	180/30	6,70	8,45	69,58	385,96	4,57	24,95	0,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
155	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	14,0	53,0	5,3	4,4	0,8	0,1	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб дарницкий	40	2,00	0,00	15,00	71,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого	800	30,0	25,5	131,6	875,5	35,5	76,5	4,1	0,8	42,6	52,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
	Завтрак																
	Борщ из св.капусты со сметаной на курином бульоне	250/10	2,5	8,8	12,5	135,0	0,2	0,1	0,0	12,0	1,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
196	Каша молочная с маслом слив.	200/5	7,7	8	38,5	247	9,3	18,5	2,1	0,6	13,60	14,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
295	Компот из сухофруктов	200	2,0	0,0	41,0	171,0	1,0	1,0	36,0	21,0	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	45	0,00	3,00	29,00	135,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0
	Выпечка	100	0,00	3,00	29,00	135,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого	815	12,2	22,8	150,0	823,0	10,5	19,6	38,1	33,6	105,8	124,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0

