

**Меню основного (организованного питания) для обучающихся общеобразовательных организаций в первую смену 1-4 кл. 5-11 кл. (дети из малообеспеченных семей)**

**ДЕНЬ 3**

**04.10.2023 г.**

**Завтрак**

**Завтрак 1**

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	масса порции (г)	белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ (ккал)
15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0	51,6
16/М	Ветчина	15	1,94	3,27	0,29	38,4
173/М	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев с ягодами	150	5,22	5,27	26,01	174,04
382/М	Какао на молоке	200	3,99	3,17	16,34	111,18
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
338/М	Фрукт по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>18,61</b>	<b>16,43</b>	<b>71,76</b>	<b>516,22</b>

**Меню основного (двухразового питания) для обучающихся общеобразовательных организаций (дети с ОВЗ, сироты, кадеты и дети мобилизованных родителей)**

**ДЕНЬ 3**

**04.10.2023 г.**

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	масса порции (г)	белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ (ккал)
--------	--------------------------------	------------------	----------	---------	-------------	-----------

**Завтрак 1**

	Выпечка в ассортименте	80	7,84	3,62	46,54	249,79
376/М	Чай с сахаром	200	0	0	11,09	44,34

**Завтрак 2**

15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0	51,6
16/М	Ветчина	15	1,94	3,27	0,29	38,4
173/М	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев с ягодами	150	5,22	5,27	26,01	174,04
382/М	Какао на молоке	200	3,99	3,17	16,34	111,18
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
338/М	Фрукт по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>800</b>	<b>26,45</b>	<b>20,05</b>	<b>129,39</b>	<b>810,35</b>

Директор

А.Н. Чумаченко

