

Составлено
и.о. директора МБОУ, саша 48
и.о. завхоза Павлова и.о.
07.02.2025



Генеральный директор

АО ЧП "СП-Глобус"

С. В. Косых
2025 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ
(С ОДНОСМЕННОМ РЕЖИМЕ РАБОТЫ ШКОЛ)
2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Свинина по-мексикански | 90 | 7,41 | 9,86 | 9,8 | 182 | Акт |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,98 | 5,39 | 44,5 | 255 | 516 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,02 | 15 | 61 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,3 | 15 | 84 | |
| Итого | | 16,99 | 15,57 | 84,3 | 582 | |

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|--------------|----------------------|------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Люля -кебаб с соусом ред | 90 | 15,49 | 7,62 | 21,29 | 225 | акт |
| Каша гречневая вязкая | 180 | 5,55 | 6,01 | 25,01 | 176 | 510 |
| Напиток из ягод | 200 | 0,07 | 0,02 | 24,44 | 100 | акт |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,55 | 0,75 | 16,8 | 84 | |
| Итого | | 23,66 | 14,4 | 87,54 | 585 | |

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Каша молочная пшеничная с маслом | 150 | 6,46 | 6,74 | 34,51 | 225 | Таб 4 |
| Чай с молоком | 200 | 1,66 | 1,27 | 17,44 | 89 | 378 |
| Мучное изделие | 50 | 5 | 10,18 | 22,06 | 173 | акт |
| Пюре фруктовое | 125 | 0 | 0 | 13,75 | 55 | |
| Итого | | 13,12 | 18,19 | 87,76 | 542 | |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Плов из мяса | 220 | 15,62 | 12,69 | 34,21 | 305 | 265 |
| Закуска из овощей | 60 | 1,1 | 2,7 | 4,5 | 47 | акт |
| Напиток из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,06 | 29,79 | 124 | акт |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,55 | 0,75 | 16,8 | 84 | |
| Итого | | 19,87 | 16,2 | 85,3 | 560 | |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Вареники с творогом с соусом | 200 | 12,8 | 4,9 | 47,5 | 280 | акт |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,02 | 15 | 61 | 685 |
| Булочка молочная | 100 | 8,8 | 2,2 | 50,3 | 240 | 779 |
| Итого | | 21,8 | 7,12 | 112,8 | 581 | |

Среднее значение за период 19,09 14,30 91,54 570

- Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможны изменения в меню