

Согласовано:



Директор школы  
*А.И. Мещеряков*  
 ОН



Подтверждаю:

ИП Ковалева А.Ю.

Ковалева А.Ю.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ для организации бесплатного питания ЗАВТРАКОВ для учащихся школ (осенне-зимний период) Для возрастной группы с 7 до 11 лет**

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Б	Ж	У			
	Неделя первая		Б	Ж	У	ККАЛ		
День 1	Каша рисовая	200	7,43	10,45	28,6	229,27	262	34 00
	Сок фруктовый в инд.упаковке	200	1	-	20,2	84,8	тгк	20-00
	Чай с апельсином	200	0,29	-	15,82	64,4	тгк	9 00
	Бутерброд с маслом и сыром	5/10/20	7,05	5,38	12,46	127,2	3	27 00
Итого:		635	15,77	15,83	77,08	505,67		90-00
День 2	Паста «Новинка»	200	13,53	16,6	26,3	257,9	тгк	69-00
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	60,84	628	5-00
	Кондитерское или выпечное изделие (без крема)	50	1,65	0,3	12,76	123,4	тгк	12-00
	Хлеб «Дарницкий»	50	2,75	0,5	16,03	79,68	тгк	4-00
Итого:		500	18,13	17,4	70,1	521,82		90-00
День 3	Котлета куриная	100	9,08	11,56	9,58	202,75	тгк	48 00
	Рис отварной	150	3,87	5,16	29,29	223,11	465	30-50
	Чай с лимоном	200	0,26	-	15,22	61,93	629	8 00
	Хлеб «Дарницкий»	50	2,75	0,5	16,03	79,68	тгк	3 50
Итого:		500	15,96	17,22	70,12	567,47		90-00
День 4	Тефтели рыбные с соусом	110	12,61	11,02	16,85	182,89	332	44-75
	Картофельное пюре	150	3,52	5,25	21,72	163,5	тгк	33-00
	Чай с апельсином	200	0,29	-	15,82	64,4	тгк	9-00
	Хлеб «Дарницкий»	40	2,2	0,4	12,83	63,74	тгк	3-25
Итого:		500	18,62	16,67	67,22	474,53		90-00
День 5	Плов гречневый с овощами и курой	250	13,51	16,46	30	377,5	тгк	68-00

	Кофейный напиток	200	2,74	1,79	22,88	118,57	1024	18 00
	Хлеб Дарницкий	50	2,75	0,5	16,03	79,68	тгк	4 00
Итого:		500	19	18,75	68,91	575,75		90-00
Среднее значение за период:		2635	87,48	85,87	353,43	2645,24		
Неделя вторая								
День 6	Макаронны с сыром	150	8,19	9,25	36,72	274,2	276	43-10
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	60,84	628	5 00
	Бутерброд с маслом	10/20	6,24	7,69	7,8	105,33	1	21-90
	Сок фруктовый в инд.упаковке	200	1	-	20,2	84,8	тгк	20 00
Итого:		580	15,63	16,94	79,73	525,17		90-00
День 7	Биточки куриные с соусом	110	8,63	9,43	8,68	191,98	тгк	48-60
	Греча отварная	150	8,06	6,16	44,46	155,4	463	30 15
	Чай с лимоном	200	0,26	-	15,22	61,93	629	8-00
	Хлеб «Дарницкий»	40	2,2	0,4	12,83	63,74	тгк	3 25
Итого:		500	19,15	15,99	81,19	473,05		90-00
День 8	Жаркое по-школьному	250	15,4	18,95	35,16	381,5	тгк	75 00
	Напиток из сока	200	0,5	-	32,55	126,21	тгк	11 00
	Хлеб «Дарницкий»	50	2,75	0,5	16,03	79,68	тгк	4-00
Итого:		500	18,65	19,45	83,74	587,39		90-00
День 9	Каша пшеничная	200	8,4	10,2	30	223,8	262	28 00
	Фрукт	100	0,8	-	8,1	38	тгк	26 20
	Напиток из свежих яблок	200	0,16	-	27,87	112,13	тгк	14-00
	Бутерброд с сыром	15/20	7,96	6,35	13,28	136	3	21-80
Итого:		535	17,32	16,55	79,25	509,93		90-00
День 10	Биточки рубленые с соусом	110	11,05	11,95	12,31	200,25	416	51 70
	Макаронные изделия отварные	150	5,71	5,58	36,6	200,5	469	19 20
	Комлот из изюма	200	0,36	-	21,17	114,12	932	15-85
	Хлеб «Дарницкий»	40	2,2	0,4	12,83	63,74	тгк	3 25
Итого:		500	19,32	17,93	82,91	578,61		90-00
Среднее значение за период:		2615	90,07	86,86	406,82	2674,15		