

СОГЛАСОВАНО:

И.О. начальника ТОУ

Роспотребнадзора

По Ставропольскому краю
В Благодарненском районе

А.Н.Нестеров



УТВЕРЖДЕНО:

Директор МОУ «СОШ №14»

М.М.Матиева



**Примерное десятидневное меню для организации питания за счет бюджетных средств
(2022-2023 учебный год)**

№ реп. Сб. 2005 г.	Наименование блюда	Масса порции гр	Пищевые вещества						Энергетическая ценность ккал.
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7			
1 ДЕНЬ									
	ЗАВТРАК								
182	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/5	8,5	5,8	33,3	145,3			
376	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60			
42	Сыр российский порционно	15	3,8	4	0	0,7			
50	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/50	4,98	0,78	28,86	136,2			
	итого за завтрак	465	17,38	10,58	77,16	342,2			
2 ДЕНЬ									
	ЗАВТРАК								
210	Омлет натуральный	1/150	5,6	9,3	0	109,5			
74	Икра кабачковая	1/50	4,8	16	28,8	152			
376	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60			
50	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/50	4,98	0,78	28,86	136,2			
	итого за завтрак	410	15,48	26,08	72,66	457,7			

3 ДЕНЬ									
ЗАВТРАК									
142/331	Оладьи с повидлом	150/30	3,7	9,9	37,2	249			
382	Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150,8			
	Всего за завтрак:	380	7,46	13,1	63,94	399,8			
4 ДЕНЬ									
ЗАВТРАК									
243	Каша манная молочная	1/200	4,8	7,6	0	136			
379	Чай с лимоном	200/15/7	1,3	1,4	18,4	93			
50	Хлеб пшеничный I сорт	1/50	4,98	0,78	28,86	136,2			
	итого за завтрак	520	11,08	9,78	47,26	365,2			
5 ДЕНЬ									
ЗАВТРАК									
168	Суп молочный с макаронными изделиями	200	2,3	3,1	18,5	114			
376	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60			
	Пряник глазированный	30							
50	Хлеб пшеничный I сорт	50	4,98	0,78	28,86	136,2			
	итого за завтрак:	470	7,38	3,88	62,36	310,2			
6 ДЕНЬ									
ЗАВТРАК									
243	Каша молочная манная с маслом сливочным крестьянским	200/5	4,8	7,6	0	136			
376	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60			
50	Хлеб пшеничный I сорт	1/50	4,98	0,78	28,86	136,2			
	всего за завтрак:		9,88	8,38	43,86	332,2			
7 ДЕНЬ									
ЗАВТРАК									
210	Оладьи с повидлом	1/100	5,6	9,3	0	109,5			
376	Какао с молоком	1/200	0,1	0	15	60			
	итого за завтрак:		5,7	9,3	15	169,5			
8 ДЕНЬ									
ЗАВТРАК									
205	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным крестьянским	200/5	8,6	12,4	56	370			
376	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	60			
50	Хлеб пшеничный I сорт	1/50	4,98	0,78	28,86	136,2			
	Печенье в ассортименте	30							
	всего за завтрак:		8,7	12,4	71	430			
9 ДЕНЬ									