

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель

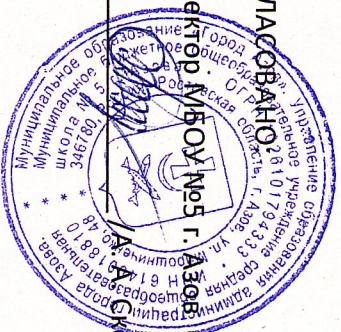
Аксёнова /И. Б. Аксёнова/



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ №5 г. Азова

Скорыходов /И. Скорыходов/



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ НА 10 ДНЕЙ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ БЕСПЛАТНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ИЗ МАЛОИМУЩИХ, МНОГОДЕТНЫХ СЕМЕЙ (5-11 КЛАССЫ)

НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД В МБОУ СОШ №5 Г.АЗОВА

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г) Б	Пищевые вещества (г) Ж	Пищевые вещества (г) У	Энергетическая Ценность (ккал)
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ. ПОНЕДЕЛЬНИК						
426	Булочка с повидлом обсыпная	100	3.78	6.70	31.09	128.90
302М	Чай с сахаром	200	0.06	0.07	14.00	56.00
Итого за день						
ВТОРНИК						
223	Запеканка творожная со сметаной	150/20	27.84	18.00	32.40	279.60
379	Кофейный напиток на молоке	200	2.40	2.66	20.54	110.70
Итого за день						
СРЕДА						
272	Каша овсяная молочная	200	4.60	6.10	18.70	148.50
349	Компот из сухофруктов	200	0.48	-----	25.68	98.36
Итого за день						
ЧЕТВЕРГ						
421	Булочка сдобная Домашняя	100	3.95	4.70	27.75	169.50
	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00
Итого за день						
47.95						
261.50						

	ПЯТНИЦА							
410	Ватрушка с творогом	100	10.14	10.69	4.47	153.59		
377	Чай с лимоном	200	9.02	2.28	15.42	114.66		
	Итого за день		19.16	12.97	19.89	268.25		
	ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ.							
	ПОНЕДЕЛЬНИК							
556	Оладьи с джемом	90/20	4.70	4.80	28.30	175.30		
382	Какао с молоком	200	5.72	5.76	38.42	218.98		
	Итого за день		10.42	10.56	66.72	394.28		
	ВТОРНИК							
129	Пирожок сдобный с капустой	100	3.30	4.60	18.70	175.30		
302M	Чай с сахаром	200	0.06	0.07	14.00	56.00		
	Итого за день		3.36	4.67	32.70	231.30		
	СРЕДА							
175	Каша рисовая на молоке	200/20	2.70	5.41	18.49	128.90		
379	Напиток кофейный	200	2.40	2.66	20.54	110.70		
	Итого за день		5.10	8.07	39.07	239.60		
	ЧЕТВЕРГ							
426	Булочка с повидлом обсыпная	100	3.78	6.70	31.09	128.90		
	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00		
	Итого за день		4.78	6.90	51.29	220.90		
	ПЯТНИЦА							
410	Ватрушка с творогом (сдоба)	100	10.14	10.69	4.47	153.59		
377	Чай с лимоном	200	9.02	2.28	15.42	114.66		
	Итого за день		19.16	12.97	19.89	268.25		

