

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель

/Л. Б. Аксёнова/



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ №5 г. Азов

/А. А. Скороходов/



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ НА 10 ДНЕЙ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ БЕСПЛАТНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (1-4 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	6.7	31.09	128.9
302М	Чай с сахаром	200	0.063	0.07	14.00	56.00
	Итого за день		4.38	6.77	45.09	184.90
	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		30.24	20.66	52.94	390.30
	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		5.08	6.10	44.38	246.86
	ЧЕТВЕРГ					
421	Булочка сдобная домашняя	100	3.95	4.70	27.75	169.5
	Сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00
	Итого за день		4.95	4.90	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
302М	Чай с сахаром	200	0.063	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	8.01	39.03	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