



Завтрак 1-4 кл. 60,72 руб.

Неделя: 1

День недели

Итого за Завтрак

Неделя: 1

День: вторник

Итого за Завтрак

Неделя: 1

День: среда

Итого за Завтрак

Неделя: 1

День: четверг

Итого за Завтрак

Неделя: 1

День: ПЯТНИЦА

Итого за Завтрак

Неделя: 2

День: понедельник

Итого за Завтрак

Неделя: 2

День: вторник

Итого за Завтрак		607	16,34	16,91	63,5	523,12	69,12	
			Неделя: 2			День: вторник		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			

Завтрак	Сосиски в соусе томатном	100	7,56	9,02	4,04	163,92	220,91	
	Макароны отварные	150	5,4	4,9	21,8	156,8	825,07	48,4
	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,3		6,7	27,9	300,74	16,6
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,33	4,9
	Кондитерское изделие	30	1,4	4,8	19,5	128	958,01	3,4
Итого за Завтрак		520	17,94	19,24	73,94	582,22		16,42
								89,72

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Горошек зеленый	30	0,85	0,05	1,75	11,05	914,12	12,5
	Биточки рубленые куриные	90	6,18	9,84	12,12	151,68	1 006,17	51,0
	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,3	6,3	34	238	811,03	17,22
	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	26,8	300,71	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,33	3,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,39	2,1
Итого за Завтрак		530	16,27	16,97	83,55	572,53		89,72

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Салат из свеклы отварной	60	0,86	3,05	5,02	50,91	851,03	11,2
	Плов куриный	180	12,57	10,63	29,88	283,14	331,35	56,52
	Кофейный напиток	200	0,24	0,19	12,83	53,38	300,73	5,0
	Масло сливочное порциями	7	0,07	5,04	0,07	46,27	911,06	11,5
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,28	0,52	21,9	107,6	600,33	3,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	0,26	7,28	37,4	600,39	2,1
Итого за Завтрак		507	18,48	19,69	76,98	578,7		89,72

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	60	0,91	2,8	2,43	46,8	823,05	15,5
	Макароны отварные с сыром	150	6,83	10,4	16,8	196,8	220,18	30,72
	Булочка	80	6	3	41	217	1 017	37,5
	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	26,8	300,71	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,46	0,39	16,44	80,7	600,28	2,5
Итого за Завтрак		520	16,4	16,59	83,17	568,1		89,72
Итого за период		5 276	178	177	773	5 437		
Среднее значение за период			17,815	17,713	77,318	543,717		

При составлении меню использовалась литература:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией В.Р. Кучмы 2016г
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ПОП при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Лапшиной 2004г "Хлебпродинформ"
3. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста. Новосибирск - 2021г