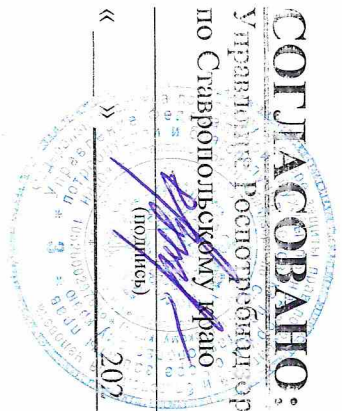


**СОГЛАСОВАНО:**

Управлением Роспотребнадзора  
по Ставропольскому краю

(подпись)

2022 год



**СОГЛАСОВАНО:**

МБОУ «Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя школа №8»

(наименование учреждения)

Директор (подпись) (И.В. Витеева)

2022 год



**УТВЕРЖДАЮ:**

Организатор питания

(подпись)

(подпись)

2022 год



**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ**

**ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ**

**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ  
ПШАКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
НА 2 ПОЛУГОДИЕ 2023-2024 УЧЕБНОГО ГОДА**

Меню составлено на основании:

- сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников, 2005 года издания;
- сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2009 года издания;
- сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2014 года издания

Главный технолог казенного учреждения «Центр по  
техническому обслуживанию, капитальному ремонту  
и безопасности образовательных учреждений»

*И.В. Котова*

И.В.Котова

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)										Витамины(мг)	Стоимость блюда (руб.)
			Белки	Жиры	Углеводы		К	Са	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C		
<b>Первая неделя</b>																		
	<b>1 ДЕНЬ (понедельник)</b>																	
	<b>ЗАВТРАК</b>																	
183/2005	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	6,5	5,5	44,8	261,5	258,5	186,9	55,9	233,2	3,0	29,3	0,0	0,1	1,6	1,7	14,28	
3 /2005	Булочка с сыром	50	5,8	8,88	15,01	165,65	58,75	164,90	11,10	28,70	0,52	52,00	0,05	0,03	0,48	0	17,46	
372/2014	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,88	94,6	111,8	6,8	3,6	4,4	0,88	2	0	0,01	0	4	5,89	
г/п	Вафли в индивидуальной упаковке	50	0,75	0,25	10,5	48	174	4	21	14	0,18	0	0	0,01	0	5	8,00	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>13,2</b>	<b>14,8</b>	<b>94,2</b>	<b>569,7</b>	<b>603,1</b>	<b>362,6</b>	<b>91,6</b>	<b>280,3</b>	<b>4,6</b>	<b>83,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>2,1</b>	<b>10,7</b>	<b>45,63</b>	
	<b>2 ДЕНЬ (вторник)</b>																	
	<b>ЗАВТРАК</b>																	
300/2014	Пшеница отварная	90	18,99	12,24	0,00	185,63	160,20	35,10	18,00	128,70	1,62	18,00	0,03	0,12	4,32	0,00	50,54	
139/2005	Капуста тушеная	150	3,54	6,20	15,00	131,35	565,38	86,14	32,10	62,75	1,21	76,00	0,06	0,08	1,33	79,36	9,97	
г/п	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,54	0,6	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0,032	0,016	0,308	0	2,22	
376/2005	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,3	28,2	10,2	12,3	36	0,69	0	0	0	0	0	2,28	
70/2005	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0	1,58	
	Овощи натуральные соевые (помидоры)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	84,6	13,8	8,4	25,2	0,36	6	0,018	0,024	0,12	6	9,90	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>27,28</b>	<b>19,82</b>	<b>57,69</b>	<b>519,47</b>	<b>978,73</b>	<b>150,44</b>	<b>87,10</b>	<b>272,07</b>	<b>4,94</b>	<b>173,80</b>	<b>0,17</b>	<b>0,24</b>	<b>6,42</b>	<b>94,36</b>	<b>76,50</b>	
	<b>3 ДЕНЬ (среда)</b>																	
	<b>ЗАВТРАК</b>																	
	Запеканка из творога со ступеным молоком	200/57	28,23	20,58	54,42	516,93	397,17	408,91	55,49	447,01	0,97	44,55	0,00	0,39	0,09	0,00	83,77	
382/2005	Каша с молоком	200	3,77	3,80	25,07	145,36	206,96	125,52	31,00	116,20	0,98	22,12	0,04	0,16	0,17	1,30	13,47	
г/п	Фрукты (яблоко)	1 шт./200	0,8	0,8	19,6	94	556	32	18	22	4,4	10	0	0,04	0	20	19,00	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>600</b>	<b>32,80</b>	<b>25,18</b>	<b>99,08</b>	<b>756,29</b>	<b>1160,13</b>	<b>566,43</b>	<b>104,49</b>	<b>585,21</b>	<b>6,35</b>	<b>76,67</b>	<b>0,04</b>	<b>0,59</b>	<b>0,26</b>	<b>21,30</b>	<b>116,24</b>	
	<b>4 ДЕНЬ (четверг)</b>																	
	<b>ЗАВТРАК</b>																	
268/2005	Биточек из говядины с маслом сливочным	90/9	14,99	23,42	16,08	332,96	257,18	16,60	22,12	146,48	2,16	40,50	0,03	0,15	3,41	0,99	53,63	
309/2005	Макаронные изделия отварные	150	5,35	4,4	35,62	206,9	64,46	10,35	8,32	45,38	0,62	23,85	0	0	0	0	9,69	



