

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Иршинская начальная общеобразовательная школа»



Т.В. Фиферова

«09» августа 2022г

**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ 7-11 ЛЕТ**

Юридический адрес: 663974, РФ, Красноярский край,
Рыбинский район, пгт. Ирша,
ул. Садовая, 15
тел. 8(391)65-2-52-46.

ИНН: 2448005990

КПП: 244801001

ОГРН: 1132448000827

День	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность(ккал)	№ рецептуры
				Б	Ж	У		
1 неделя четверг	Завтрак	Каша молочная с крупой овсяной "Геркулес"	250	8,9	10,7	22	219	72
		Хлеб пшеничный/ржаной	40/40	79,2	2,64	0,48	15,84	ГП
		Бутерброд с маслом и сыром	35/5/10	8,2	9,6	18,2	193	2
		чай с сахаром	180	0,1	0,03	9,1	25	258
		Яблоко	150	0,6	0,6	14,8	66	Ф
		ИТОГО за завтрак		97,00	23,57	64,58	518,84	
	Обед							
		ИТОГО за обед		97,00	23,57	64,58	518,84	
	ИТОГО за 9 дней:		97,00	23,57	64,58	518,84		

День	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергич еская ценность (ккал)	№ рецептуры
				Б	Ж	У		
<i>1 неделя среда</i>								
	<i>Завтрак</i>	Картофельное пюре	200	3,1	4,6	20,1	157	133
		Рыба тушеная в томате с овощами	120	18,9	9,2	3,8	173	75
		Кофейный напиток на молоке	180	2,8	2,8	14,7	93	262
		Хлеб пшеничный/ржаной	40/40	79,2	2,64	0,48	15,84	пп
		Винегрет с растительным маслом	120	1,6	2,8	8,6	66	39
			Итого за завтрак		105,60	22,04	47,68	504,84
	<i>Обед</i>							
			Итого за обед		0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого за 8 день:		105,60	22,04	47,68	504,84	

День	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность(ккал)
				Б	Ж	У	
<i>1 неделя вторник</i>							
	<i>Завтрак</i>	Суп молочный с крупой пшениной	250	9	10,9	27,4	244
		Хлеб пшеничный/ржаной	40/40	79,2	2,64	0,48	15,84
		Бутиерброд с маслом и сыром	35/5/10	8,2	9,6	18,2	193
		Чай с сахаром	180	0,1	0,03	9,1	25
		Банан	150	2,2	0,8	31,5	144
			Итого за завтрак		98,70	23,97	86,68
	<i>Обед</i>						
			Итого за обед		0,00	0,00	0,00
		Итого за 7 день:		98,70	23,97	86,68	621,84

День	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность(ккал)	№ рецептуры	
				Б	Ж	У			
2 неделя пятница	Завтрак	Жаркое по-домашнему	200/50	21,8	21,8	17,6	356	91	
		Салат "Школьный"	80	0,9	4,5	4	80	27	
		Кофейный напиток на молоке	180	2,8	2,8	14,7	93	262	
		Хлеб пшеничный/ржаной	40/40	79,2	2,64	0,48	15,84	пп	
		Печенье	40	1,9	8,55	35	226	пп	
			ИТОГО за завтрак		106,60	40,29	71,78	770,84	
		Обед							
			ИТОГО за обед		0,00	0,00	0,00	0,00	
		ИТОГО за 5 день:		106,60	40,29	71,78	770,84		

