

УТВЕРЖДАЮ:
Директор Муниципального бюджетного общеобразовательного
учреждения «Иршинская начальная общеобразовательная школа»



Т.В. Фиферова

**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ 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

Де нь	Прие м пищи	Наименование блюда	Вых од блю да (г)	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность(ккал)	№ ТК
				Б	Ж	У		
<i>1 неделя понедельник</i>	<i>Завт рак</i>	Макароны отварные	200	4	3	18	202	197
		Котлета "Здоровье"	150	10	13	14	150	94
		Кофейный напиток на молоке	200	1	2	19	89	262
		Хлеб пшеничный	40	2	0	18	81	гп
		Хлеб фирменный	40	1	0	9	50	гп
			Итого за завтрак		18,	18,	78,	572,00

			00	00	00		
<i>Обед</i>							
		ИТОГО за обед	0,0 0	0,0 0	0,0 0	0,00	

		итого за обед		0,0 0	0,0 0	0,0 0	0,00
		<i>ИТОГО за 2 день:</i>		16,0 0	16, 00	66, 00	674,00
Де нь	Прие м	Наименование блюда	Вых од	Пищевые вещества (г)	Энергети ческая	№ рецепт	

	ИТОГО за завтрак		111,80	33,14	62,18	749,84	
<i>Обед</i>							
	ИТОГО за обед		0,00	0,00	0,00	0,00	

	Хлеб пшеничный/ржаной	40/ 40	79, 2	2,6 4	0,4 8	15,84	гп
	Масло сливочное	5	0,0 2	3,6	0,0 2	33	гп
	Бутерброд с сыром	35/ 10	5	3	14, 5	106	3
	Яблоко	150	0,6	0,6	14, 8	66	ф
	итого за завтрак		93, 22	19, 97	31, 60	398,84	
<i>Обед</i>							

	ИТОГО за обед		0,0 0	0,0 0	0,0 0	0,00	
	<i>ИТОГО за 4 день:</i>		93,2 2	19, 97	31, 60	398,84	

			106	40,	71,		
	ИТОГО за завтрак		,60	29	78	770,84	
<i>Обед</i>							
			0,0	0,0	0,0		
	ИТОГО за обед		0	0	0	0,00	

<i>завтрак</i>			9	1			
	Кофейный напиток на молоке	180	2,8	2,8	14, 7	93	262
	Хлеб пшеничный/ржаной	40/ 40	79, 2	2,6 4	0,4 8	15,84	гп
	Печенье	40	1,9	8,5 5	35	226	гп
	Чай с сахаром	180	0,1	0,0 3	9,1	25	258
	Итого за завтрак		102 ,90	36, 09	97, 28	879,84	
<i>Обед</i>							

	ИТОГО за обед		0,0 0	0,0 0	0,0 0	0,00	
	<i>ИТОГО за 6 день:</i>		102 ,90	36, 09	97, 28	879,84	

Де нь	Прие м пищи	Наименование блюда	Вых од блю да (г)	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность(ккал)	№ рецепт уры
				Б	Ж	У		
яля	Завт	Суп молочный с	250	9	10,	27,	244	72

<i>рак</i>	крупой пшенной			9	4		
	Хлеб пшеничный/ржаной	40/ 40	79, 2	2,6 4	0,4 8	15,84	гп
	Масло сливочное	5	0,0 2	3,6	0,0 2	33	гп
	Бутерброд с сыром	35/ 10	5	3	14, 5	106	3
	Банан	150	2,2	0,8	31, 5	144	ф
	Чай с сахаром	180	0,1	0,0 3	9,1	25	258
	Итого за завтрак		95, 52	20, 97	83, 00	567,84	

<i>Обед</i>							
	ИТГО за обед		0,0 0	0,0 0	0,0 0	0,00	
<i>ИТОГО за 7 день:</i>			95, 42	20, 94	73, 90	542,84	

День	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
				Б	Ж	У		
2 неделя	Завтрак	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	180	2,8	2,8	14,	93	262

	на молоке				7		
	Хлеб пшеничный/ржаной	40/ 40	79, 2	2,6 4	0,4 8	15,84	гп
	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		0,0 0	0,0 0	0,0 0	0,00	
	<i>ИТОГО за 8 день:</i>		105 ,60	22, 04	47, 68	504,84	

Де нь	Прие м пищи	Наименование блюда	Вых од блю да (г)	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность(ккал)	№ рецепт уры
				Б	Ж	У		
2 неделя	Завт рак	Каша манная молочная	250	8,1	10, 2	33, 8	279	178
		Хлеб пшеничный/ржаной	40/ 40	79, 2	2,6 4	0,4 8	15,84	ГП

	Масло сливочное	5	0,0 2	3,6	0,0 2	33	гп
	Бутерброд с сыром	35/ 10	5	3	14, 5	106	3
	Банан	150	2,2	0,8	31, 5	144	ф
	Чай с сахаром	180	0,1	0,0 3	9,1	25	258
<i>Обед</i>	Итого за завтрак		7,3 2	7,4 3	55, 12	602,84	

Де нь	Прие м пищи	Наименование блюда	Вых од блю да (г)	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность(ккал)	№ рецепт уры
				Б	Ж	У		
Я	<i>Завтрак</i>	Суп картофельный с макаронными	250	2,7	2,6 0	18, 9	111	55

	изделиями						
	Кофейный напиток на молоке	180	2,8	2,8	14, 7	93	262
	Хлеб пшеничный/ржаной	40/ 40	79, 2	2,6 4	0,4 8	15,84	гп
	Печенье	40	1,9	8,5 5	35	226	гп
	Салат "Школьный"	80	0,9	4,5	4	80	27
	итого за завтрак		87, 50	21, 09	73, 08	525,84	
<i>Обед</i>							

	ИТОГО за обед	0,0 0	0,0 0	0,0 0	0,00	
	<i>итого за 10 день</i>	87,5 0	21, 09	73, 08	525,84	
	Всего за 10 дней:	744,4 6	235, 02	665, 72	6246,7	

