

Согласовано:

Директор МБОУ «Средняя школа №2 г. Грязовца»



С.И. Шахова

Утверждаю:

Директор ООО «Общепит плюс»



С.В. Бунина

**Меню завтраков для обучающихся 1-4 классов  
общеобразовательных учреждений  
Грязовецкого муниципального района**

**2023-2024г.**

Примерное 10-дневное меню завтраков для обучающихся 1-4 классов

97 руб.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества			Энерг. ценн. Ккал
			Б	Ж	У	
	<b>Первая неделя</b>					
	<b>Понедельник</b>					
182/2011	Каша рисовая мол. с мас. сливо	200/5	5	6	25	291
379/2011	Кофейный напиток	200	4	1	20	155,2
ГОСТ	Сыр порционный	10	4	5	0	36
1/011	Бутерброд с маслом сливочным	40	4	5	21	135,9
ГОСТ	Сок фруктовый 0,2	200	1	1	11	45
	<b>Итого:</b>	<b>655</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>77</b>	<b>663,1</b>
	<b>Вторник</b>					
тتك	Нарезка из свежей капусты	50	2	3	21	47,05
тتك	Гуляш мясной	50/50	8	6	3	386,3
302/011	Греча отварная	150	3	5	16	231,86
377/011	Чай сладкий с лимоном	200/15/7	2	3	7	41,6
тتك	Хлеб ржаной обогащенный микроэлементами	30	2	1	20	68,97
	<b>Итого:</b>	<b>552</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>67</b>	<b>775,78</b>
	<b>Среда</b>					
тتك	Помидор порционный	50	1	2	4	19,5
тتك	Нагетсы куриные с соусом	70/20	7	5	24	264,31
304/011	Рис отварной	150	4	3	12	210,11
тتك	Чай сладкий с яблоком	200/15/10	2	2	8	42,6
тتك	Хлеб ржаной обогащенный микроэлементами	30	2	1	20	68,97
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>16</b>	<b>13</b>	<b>68</b>	<b>605,49</b>
	<b>Четверг</b>					
182/2011	Каша "дружба" мол. с мас. сливо	200/5	7	8	26	291
тتك	Ватрушка с творогом	100	6	3	15	185
тتك	Чай с сахаром витамин. с ягодам	200/15/10	2	3	7	40
338/011	Фрукт	100	1	2	23	53,4
	<b>Итого:</b>	<b>630</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>71</b>	<b>569,4</b>
	<b>Пятница</b>					
71/011	Помидор свежий порционный	50	1	2	4	19,5
тتك	Грудка запечен. с сыром и смета	70	7	6	24	264,31
268/011	Макароны отварные	150	5	4	18	245,73
376/011	Чай с сахаром	200/15	1	2	9	40
тتك	Хлеб ржаной обогащенный микроэлементами	30	2	1	20	68,97
	<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>75</b>	<b>638,51</b>



	<b>Вторая неделя</b>					
	<b>Понедельник</b>					
182/011	Каша пшеничная мол. с мас. слив.	200/5	5	7	26	322,7
382/011	Какао	200	5	4	15	125,11
ГОСТ	Сыр порционный	10	4	5	0	36
1/011	Бутерброд с маслом сливочным	40	4	5	21	135,9
338/011	Фрукт	100	1	2	14	53,4
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>19</b>	<b>23</b>	<b>76</b>	<b>673,11</b>
	<b>Вторник</b>					
ткк	Нарезка из свежей капусты	50	2	3	21	47,05
268/011	Биточки мясные с соусом	70/20	9	9	16	376,45
312/011	Картофельное пюре	150	3	4	11	109,73
ткк	Чай сладкий с яблоком	200/15/10	2	2	8	42,6
ткк	Хлеб ржаной обогащенный микроэлементами	30	2	1	20	68,97
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>76</b>	<b>644,8</b>
	<b>Среда</b>					
71/011	Огурец свежий порционный	50	1	0	1	14,8
294/011	Котлета из индейки с соусом оск	70/20	8	6	21	316,45
302/011	Греча отварная	150	3	5	16	231,86
ткк	Чай с сахаром витамин. с ягодам	200/15/10	2	3	7	40
ткк	Хлеб ржаной обогащенный микроэлементами	30	2	1	20	68,97
ГОСТ	Сок фруктовый 0,2	200	1	1	11	45
	<b>Итого:</b>	<b>745</b>	<b>17</b>	<b>16</b>	<b>76</b>	<b>717,08</b>
	<b>Четверг</b>					
223/011	Запеканка творожно-яблочная со сгущенным молоком	150/30	14	11	47	441,53
377/011	Чай сладкий с лимоном	200/15/7	2	3	7	41,6
338/011	Фрукт	100	1	2	14	53,4
	<b>Итого:</b>	<b>502</b>	<b>17</b>	<b>16</b>	<b>68</b>	<b>536,53</b>
	<b>Пятница</b>					
268/011	Макаронные изделия отварные с сыром или с яйцом	150/20	10	8	20	240,73
338/011	Фрукт	100	1	2	14	53,4
376/011	Чай с сахаром	200/15	1	2	9	40
ткк	Булочка "витушка"	50	5	6	25	171,8
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>68</b>	<b>505,93</b>
	<b>Средняя калорийность за завтраком</b>					<b>636</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГРЯЗОВЕЦКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
ВОЛОГДСКОЙ ОБЛАСТИ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 2 Г.ГРЯЗОВЦА", Шахова  
Светлана Ивановна, Директор

06.09.23 15:50 (МСК)

Сертификат E8C1693AB6292D8BF0C3E02436A0AC2F