

Составил:

кладовщик

 Волгина Г.В.

Проверил:

бухгалтер-калькулятор

 Парахина А.В.

СанПиН 2.3/4.3590-20

сезон: весна-лето

Утвердил:

Директор МБОУ СОШ №4

 Толстоусова О.П.

№ 12 от "14" 03 2024 г.

МЕНЮ

Завтрак ОВЗ нач. шк.

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле-	ЭЦ, ккал			Вложен- ный сахар, г	Вложен- ная соль, г
			г всего	г всего	воды, г					

1 день

Завтрак

2/6	Омлет запеченный или паровой	150	14,59	15,9	2,54	211,2			0	0,75
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22			5	0
-	Батон	70	5,39	2,1	37,31	188,7			0	0
-	Сок (яблочный)	200	1	0,2	20,6	86,48			0	0
Итого за 'Завтрак'			21,06	18,22	65,4	505,6			5	0,75

2 день

Завтрак

9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	150	3,89	4,75	30,33	178,9			3,75	0,38
36/10	Какао с молоком (вариант 2)	200	3,64	3,34	15,02	100,3			10	0
-	Батон	60	4,62	1,8	31,98	161,7			0	0
-	Яблоки	200	0,8	0,8	23,2	97,36			0	0
Итого за 'Завтрак'			12,95	10,7	100,5	538,2			13,75	0,38

Завтрак

-	Батон	60	4,62	1,8	31,98	161,7			0	0
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,02	5,06	20,53			4,88	0
38/10	Школьное молоко	200	5,51	6,08	8,93	111,3			0	0
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	25,35	14,54	20,14	315,1			9,75	0,38
-	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	47,61			0	0
Итого за 'Завтрак'			36,68	23,72	74,44	656,3			14,63	0,38

4 день

Завтрак

5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,54	5,66	31,05	195,6			5	0,5
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	3,21	9,5	77,79			5	0
-	Батон	85	6,55	2,55	45,31	229,1			0	0
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,1			0	0

Итого за 'Завтрак'**15,34 22,3 86,04 601,6****10 0,5**

5 день

Завтрак

24/2	Суп молочный с лапшой	200	5,29	5,96	16,02	137,7				1,2	0,4
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,5	1,59	12,14	66,5				10	0
-	Батон	80	6,16	2,4	42,64	215,6				0	0
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12				0	0
Итого за 'Завтрак'			18,21	15,27	70,8	489,9				11,2	0,4

6 день

Завтрак

2/6	Омлет запеченный или паровой	150	14,59	15,9	2,54	211,2				0	0,75
36/10	Какао с молоком (вариант 2)	200	3,64	3,34	15,02	100,3				10	0
-	Батон	60	4,62	1,8	31,98	161,7				0	0
-	Сок (яблочный)	200	1	0,2	20,6	86,48				0	0
Итого за 'Завтрак'			23,85	21,24	70,14	559,7				10	0,75

7 день

Завтрак

6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	7,7	9,12	34,17	245,8				4	0,5
-	Батон	80	6,16	2,4	42,64	215,6				0	0
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12				0	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22				5	0

8 день

Завтрак

8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	25,35	14,54	20,14	315,1				9,75	0,38
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	3,21	9,5	77,79				5	0
-	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	47,61				0	0
-	Батон	40	3,08	1,2	21,32	107,8				0	0
-	Бананы	200	3	1	45,4	191				0	0
Итого за 'Завтрак'			35,64	21,22	104,7	739,3				14,75	0,38

9 день

Завтрак

29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,02	5,06	20,53				4,88	0
-	Батон	90	6,93	2,7	47,97	242,6				0	0
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,1				0	0
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	2,68	5,08	10,97	98,35				4	0,5
Итого за 'Завтрак'			9,85	18,68	64,2	460,6				8,88	0,5

10 день

Завтрак

17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	4,99	6,51	26,42	182,8				5	0,5
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22				5	0
-	Батон	80	6,16	2,4	42,64	215,6				0	0
38/10	Школьное молоко	200	5,51	6,08	8,93	111,3				0	0
Итого за 'Завтрак'			16,74	15,01	82,93	529				10	0,5

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 364084756742163294038746300997604489167672715794

Владелец Толстоусова Оксана Петровна

Действителен с 06.05.2023 по 05.05.2024