



1

Примерное 10-дневное меню горячих завтраков, обедов и полдников для организации питания учащихся, в том числе детей с ОВЗ и инвалидов в общеобразовательных организациях Динского района

Возрастная категория : 7-11 лет (лето/осень)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 1 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом) | 150 | 3,82 | 6,49 | 24,31 | 175,4 | 182 |
| | Сыр (порциями) (Российский) | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,8 | 15 |
| | Масло (порциями) | 10 | 0,13 | 6,15 | 0,17 | 56,6 | 14 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,02 | 2,72 | 14,48 | 98,3 | 379 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | Н |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | Н |
| | Фрукты св. (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 530 | 15,32 | 22,10 | 73,21 | 556,98 | |
| ОБЕД | Рассольник | 200 | 2,00 | 4,26 | 19,84 | 93,02 | 94 |
| | Котлеты, биточки, шницели (говядина) | 100 | 18,52 | 11,88 | 16,82 | 244,43 | 268 |
| | Рагу из овощей (обед) | 200 | 3,58 | 11,54 | 19,58 | 198,3 | 143 |
| | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,2 | 388 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | Н |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | Н |
| | Фрукты (слива)* | 100 | 0,80 | 0,30 | 9,60 | 44 | 338 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 860 | 29,68 | 28,80 | 115,88 | 796,19 | |
| ПОЛДНИК | Макароны отварные с сыром | 150 | 10,29 | 16,65 | 29,44 | 313,29 | 204 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,26 | 0,00 | 7,24 | 30,82 | 376 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 350 | 10,55 | 16,65 | 36,68 | 344,11 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1740 | 55,55 | 59,55 | 225,77 | 1697,28 | |
| День 2 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Салат из белокочанной капусты (завтрак)** | 40 | 0,77 | 1,64 | 3,75 | 33,05 | 45 |
| | Тестели 2-й вариант (свинина) 100/20 | 120 | 9,95 | 8,04 | 12,35 | 190,33 | 279 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак) | 100 | 3,88 | 5,11 | 22,41 | 152,77 | 203 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,26 | 0,00 | 7,24 | 30,82 | 376 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | Н |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | Н |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 500 | 18,96 | 15,33 | 75,03 | 535,21 | |
| ОБЕД | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,62 | 4,14 | 10,72 | 86,84 | 82 |
| | Салат из свеклы отварной** | 60 | 0,90 | 2,46 | 5,28 | 46,78 | 52 |
| | Котлеты или биточки рыбные (с маслом) | 105 | 14,85 | 6,55 | 7,97 | 147,17 | 234 |
| | Картофель отварной (с маслом) | 180 | 3,46 | 6,79 | 23,98 | 180 | 125 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,44 | 389 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | Н |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | Н |
| Мармелад | 40 | 0,04 | 0,00 | 28,96 | 120 | Н | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 830 | 25,18 | 20,38 | 121,56 | 772,11 | |
| ПОЛДНИК | Вареники ленивые отварные (с молоком гущеным) 90/20 | 110 | 10,64 | 7,37 | 21,11 | 200,06 | 218 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,02 | 2,72 | 14,48 | 98,3 | 379 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | Н |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 330 | 15,24 | 10,29 | 45,25 | 341,08 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1640 | 59,38 | 56,00 | 241,84 | 1648,4 | |
| День 3 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Запеканка из творога (завтрак) | 180 | 18,11 | 17,10 | 48,60 | 385,65 | 223 |
| | Молоко гущенное с сахаром 8,5% жирности | 10 | 0,72 | 0,85 | 5,55 | 32,7 | Н |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 7,02 | 28,44 | 376 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | Н |
| | Фрукты св. (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 520 | 21,80 | 18,65 | 85,46 | 557,87 |
| ОБЕД | Суп с бобовыми (горох) | 200 | 2,72 | 4,40 | 4,80 | 78 | 119 |
| | Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,2 | 71 |
| | Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами 91/150 | 240 | 16,42 | 15,17 | 35,06 | 455,23 | 258/1 |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 15,90 | 64,28 | 342 |
| | Хлеб пшеничный | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,73 | 96,12 | Н |
| | Хлеб ржаной | 40 | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 85,6 | Н |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 785 | 25,40 | 20,58 | 99,69 | 792,43 | |
| ПОЛДНИК | Омлет натуральный | 100 | 8,13 | 10,87 | 3,23 | 165,53 | 210 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,44 | 389 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | Н |
| | Фрукты св. (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 420 | 11,11 | 11,47 | 42,89 | 339,69 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1725 | 58,31 | 56,70 | 228,04 | 1689,99 | |

| | | | | | | | |
|-------------------------|---|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|-----|
| День 4 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) (завтрак) 100/40 | 140 | 8,02 | 8,45 | 4,54 | 125,93 | 229 |
| | Рис отварной (завтрак) | 90 | 2,30 | 3,59 | 24,03 | 137,64 | 304 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,88 | 3,10 | 25,06 | 147,36 | 382 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | H |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | H |
| | Фрукты св. (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 540 | 17,91 | 15,98 | 87,88 | 564,81 | |
| ОБЕД | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1,77 | 4,95 | 12,90 | 89,75 | 88 |
| | Салат из свежих огурцов** | 60 | 0,62 | 3,64 | 1,28 | 40,32 | 18 |
| | Биточки паровые (говяж) | 100 | 13,29 | 10,85 | 9,10 | 210,19 | 281 |
| | Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед) | 150 | 7,59 | 5,19 | 42,02 | 234,39 | 171 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,44 | 389 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | H |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | H |
| Фрукты (слива)* | 100 | 0,80 | 0,30 | 9,60 | 44 | 338 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 900 | 27,59 | 25,27 | 114,72 | 788,61 | | |
| ПОЛДНИК | Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным) 100/20 | 120 | 13,61 | 11,49 | 23,83 | 303,83 | 222 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 7,02 | 28,44 | 376 |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 320 | 13,81 | 11,49 | 30,85 | 332,27 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1740 | 59,95 | 52,80 | 233,15 | 1685,69 | |
| День 5 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Салат из квашеной капусты (завтрак)** | 40 | 0,40 | 2,02 | 2,68 | 30,69 | 47 |
| | Отбивная из мяса птицы (курица) | 100 | 12,29 | 13,05 | 11,16 | 213 | 249 |
| | Пюре картофельное (завтрак) | 100 | 1,85 | 2,92 | 11,90 | 81,59 | 312 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,44 | 389 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | H |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | H |
| | Фрукты св. (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 590 | 19,25 | 18,83 | 80,19 | 563,6 | | |
| ОБЕД | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2,30 | 2,36 | 16,56 | 97,64 | 103 |
| | Котлеты домашние (свин/говяж) | 100 | 15,58 | 18,43 | 13,07 | 275,9 | 271 |
| | Рагу из овощей (обед) | 200 | 3,58 | 11,54 | 19,58 | 198,3 | 143 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0,56 | 0,02 | 21,74 | 89,78 | 349 |
| | Хлеб пшеничный | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,73 | 96,12 | H |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | H |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 765 | 26,52 | 32,94 | 102,64 | 800,54 | |
| ПОЛДНИК | Пирожки по-домашнему с картошкой | 80 | 6,40 | 8,80 | 32,00 | 248 | H |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,26 | 0,00 | 7,24 | 30,82 | 376 |
| | Фрукты св. (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 380 | 7,06 | 9,20 | 49,04 | 325,82 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1735 | 52,83 | 56,97 | 231,87 | 1689,96 | |
| День 6 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом) | 220 | 9,70 | 11,51 | 40,83 | 305,69 | 173 |
| | Сыр (порциями) (Российский) | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,8 | 15 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,26 | 0,00 | 7,24 | 30,82 | 376 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | H |
| | Мучное кондитерское изделие (кекс)*** | 40 | 3,20 | 0,40 | 20,00 | 108 | H |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 500 | 19,38 | 18,01 | 77,73 | 560,03 | |
| ОБЕД | Суп картофельный | 200 | 2,02 | 2,38 | 15,88 | 93,38 | 97 |
| | Поджарка (свинина) | 100 | 13,69 | 18,22 | 5,45 | 284,05 | 251 |
| | Капуста тушенная (из свежей капусты) (обед) | 210 | 5,44 | 5,63 | 27,01 | 165,71 | 321 |
| | Кисель из сока плодового с сахаром | 200 | 0,06 | 0,06 | 24,64 | 99,2 | 359 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | H |
| | Хлеб ржаной | 40 | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 85,6 | H |
| | Мучное кондитерское изделие (кекс)*** | 40 | 3,20 | 0,40 | 20,00 | 108 | H |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 780 | 25,46 | 26,87 | 107,39 | 792,02 | | |
| ПОЛДНИК | Омлет натуральный | 100 | 8,13 | 10,87 | 3,23 | 165,53 | 210 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 7,02 | 28,44 | 376 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | H |
| | Фрукты св. (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 440 | 11,89 | 11,67 | 39,37 | 326,41 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1720 | 56,73 | 56,55 | 224,49 | 1678,46 | |
| День 7 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Салат из свеклы отварной (завтрак)** | 40 | 0,60 | 2,04 | 3,52 | 34,78 | 52 |
| | Плов из свинины 40/80 | 120 | 20,64 | 7,44 | 25,56 | 252 | 265 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0,56 | 0,02 | 21,74 | 89,78 | 349 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | H |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | H |
| | Фрукты (слива)* | 100 | 0,80 | 0,30 | 9,60 | 44 | 338 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 520 | 26,70 | 10,34 | 89,70 | 548,8 | |
| ОБЕД | Рассольник | 200 | 2,00 | 4,26 | 19,84 | 93,02 | 94 |
| | Овощи натуральные свежие (огурцы в нарезке)** | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7,2 | 71 |
| | Котлеты, биточки (особые свин/говяд) (с соусом) 100/20 | 120 | 17,39 | 12,93 | 14,10 | 239,67 | 269 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом (обед) | 150 | 5,57 | 6,87 | 34,96 | 227,66 | 203 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,44 | 389 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | H |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | H |
| | Фрукты св. (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 850 | 29,30 | 24,86 | 119,66 | 784,51 | | |
| ПОЛДНИК | Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с маслом) | 100 | 3,97 | 5,19 | 20,04 | 145,43 | 173 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,88 | 3,10 | 25,06 | 147,36 | 382 |

1

| | | | | | | |
|------------------|------|-------|-------|--------|---------|---|
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | H |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 330 | 10,22 | 8,59 | 59,59 | 356,87 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1700 | 61,22 | 53,79 | 248,95 | 1690,18 | |

| | | | | | | | |
|------------------------------------|---|---------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|-------|
| День 8 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Птица тушенная в соусе (завтрак) | 100 | 15,95 | 11,11 | 3,38 | 177,95 | 290 |
| | Рагу из овощей (завтрак) | 130 | 2,17 | 3,54 | 12,09 | 89,99 | 143 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,88 | 3,10 | 25,06 | 147,36 | 382 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | H |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 | H |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 500 | 26,57 | 18,36 | 74,79 | 564,94 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 200 | 6,28 | 5,04 | 18,72 | 126,34 | 104 |
| | Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60 | 160 | 10,13 | 10,07 | 6,81 | 158,22 | 229 |
| | Рис отварной (обед) | 180 | 4,37 | 6,44 | 44,03 | 251,64 | 304 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0,16 | 0,16 | 15,90 | 64,28 | 342 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | H |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | H |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 740 | 25,04 | 22,25 | 114,74 | 728,72 | |
| ПОЛДНИК | Духовые пирожки с смородиной | 60 | 2,34 | 6,72 | 22,14 | 204,6 | H |
| | Кисломолочный продукт | 150 | 6,75 | 3,75 | 9,00 | 90 | 386-3 |
| | Фрукты св, (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 310 | 9,49 | 10,87 | 40,94 | 341,6 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1550 | 61,10 | 52,48 | 230,47 | 1635,26 | |
| День 9 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Икра кабачковая промыш, производства** | 40 | 0,00 | 2,00 | 2,80 | 36 | 73-1 |
| | Омлет с сыром | 150 | 13,83 | 16,07 | 2,52 | 212,52 | 211 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,02 | 2,72 | 14,48 | 98,3 | 379 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | H |
| | Мармелад | 40 | 0,04 | 0,00 | 28,96 | 120 | H |
| | Фрукты св, (груша)* | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 560 | 19,66 | 21,39 | 73,55 | 577,9 | |
| ОБЕД | Борщ | 200 | 1,44 | 4,08 | 8,52 | 76,86 | 81 |
| | Салат из св. моркови с сахаром | 60 | 0,74 | 0,05 | 12,29 | 49,02 | 62 |
| | Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20 | 120 | 9,95 | 8,04 | 12,35 | 190,33 | 279 |
| | Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед) | 150 | 7,59 | 5,19 | 42,02 | 234,39 | 171 |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 15,90 | 64,28 | 342 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | H |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 85,6 | H | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 790 | 24,92 | 18,20 | 130,32 | 785,92 | |
| ПОЛДНИК | Гудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным) | 120 | 13,61 | 11,49 | 23,83 | 303,83 | 222 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,14 | 0,00 | 10,18 | 40,9 | 377 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 320 | 13,75 | 11,49 | 34,01 | 344,73 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1650 | 58,33 | 52,08 | 237,88 | 1708,55 | |
| День 10 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак) | 40 | 0,24 | 0,08 | 1,68 | 7,96 | 71/1 |
| | Котлеты домашние (свин/говяж) | 100 | 15,58 | 18,43 | 13,07 | 275,9 | 271 |
| | Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) | 100 | 4,09 | 2,51 | 24,04 | 100 | 171 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,14 | 0,00 | 10,18 | 40,9 | 377 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | H |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 | H |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 510 | 24,62 | 21,63 | 83,23 | 574,4 | |
| ОБЕД | Суп-лапша домашняя | 200 | 4,20 | 5,60 | 21,14 | 95,5 | 113 |
| | Салат из квашеной капусты** | 60 | 0,59 | 3,03 | 4,02 | 46,04 | 47 |
| | Отбивная из мяса птицы (курица) | 100 | 12,29 | 13,05 | 11,16 | 213 | 249 |
| | Пюре картофельное (обед) | 150 | 2,78 | 4,38 | 17,85 | 122,38 | 312 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,44 | 389 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | H |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | H |
| | Фрукты св, (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 870 | 25,36 | 27,00 | 113,45 | 736,6 | |
| ПОЛДНИК | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 3,52 | 5,29 | 12,84 | 119,19 | 120 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,14 | 0,00 | 10,00 | 39,24 | 376 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | H |
| | Кондитерское изделие 25 (печенье) | 25 | 1,88 | 2,95 | 18,73 | 104,28 | H |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 415 | 8,70 | 8,64 | 60,89 | 348,15 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1795 | 58,68 | 57,27 | 257,57 | 1659,15 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 16995 | 582,08 | 554,19 | 2360,03 | 16782,84 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 1699,5 | 58,21 | 55,42 | 236,00 | 1678,28 | |

Примечание: Фрукт* – допускается выдача иных фруктов;
Овощи в нарезке, салаты из св./квашен. овощей,
консервы промыш. производства** – допускается выдача
иных овощей;
Мучное кондитерское изделие (кекс)*** – выдается
обучающимся в 1 см. - на завтрак, обучающимся во 2 см.-
на обед

Меню разработано с использованием:
Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А.
Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2017. – 544 с.

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1–4-х классов в общеобразовательных
организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.

Разработчик: ООО "Кубанская степь"

Ответственный

Козырева Ю. В.