	ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСМО
ı	CREATE HALS O CEPTHORISATE OF
	Досумент опправлен на официальный сайт: plob eimenschooles Уналиментовкий двого редисправлен обращения усущения МУНИЦИНАЛЬНОЕ ВЕЗДЕКТИЕС ОВЩЕСОВУЛСИТЕЛЬНЫЯ ТЕОСДО-ВЕЗДЕКТИЕСТВИЕСТВИЕСТВИЕСТВИЕСТВИЕСТВИЕСТВИЕСТ
	Дибительные до: до 25.04.2026, 67.64 Ключ подписи: 60C10629698190204A6857809C70C00266

Согласованно:	Утверждаю:
Директор	Индивидуальный предприниматель
Общеобразовательного учреждения	
м.п.	м.п.

МЕНЮ

(Примерное десяти дневное)

ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

(горячий завтрак)

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

		1 день				
П	Macca	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	No
Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	рецептуры
	3	ABTPAK				
Салат из овощей по- сезону	30	1,02	3,00	5,07	51,42	47
Плов из птицы	200	15,20	8,88	32,81	272,40	291
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПП
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,00	376
Кондитерское изделие	40	4,71	7,42	25,58	188,00	ПП
Итого за завтрак:	510	25,41	19,98	98,17	675,52	

Неделя: первая

		2 день				
Поческа ченичена поческа поческа безпала	Macca	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	No
Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	рецептуры
	3	АВТРАК				
Котлета рыбная с соусом	100	10,76	5,75	3,80	116,00	229
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61	312
Салат из овощей по — сезону	30	0,35	0,06	2,16	10,53	53
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	пп
Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00	393
Итого за завтрак:	527	18,78	15,95	59,25	468,84	

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

3 день											
Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	№					
присм пищи, паименование отпода	порции	Б	Ж	y	ценность (ккал)	рецептуры					
ЗАВТРАК											
Каша овсянная молочная	250	7,18	12,76	38,55	298,81	181					
Какао с молоком	180	2,78	0,67	26,00	125,11	397					
Сыр порциями	15	3,48	4,42	0,00	54,00	15					
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП					
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПП					
Итого за завтрак:	505	17,79	18,51	89,06	600,62						

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

		4 день				
Прием пищи, наименование блюда	Масса Пищевые ве			тва (г)	Энергетическая	No
	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	рецептуры
	3.	АВТРАК	•		•	
Котлета (говяжья) с соусом	90	8,27	9,12	7,81	168,71	268
Макаронные изделия отварные	180	5,52	4,52	26,45	168,45	309
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПП
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,00	376
Итого за завтрак:	510	18,26	14,32	68,97	500,86	

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Macca	Масса Пищевые вещества (г)				№
	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	рецептуры
	3.	ABTPAK				
Запеканка из творога с яблочным соусом	160	17,54	13,27	47,60	324,00	223
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Фрукты свежие	130	1,80	0,60	25,20	115,20	338
Итого за завтрак:	500	21,77	14,19	97,28	549,70	

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

		6 день				
Пическа почина почина почина била по	Macca	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	No
Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	рецептуры
	3.	ABTPAK				
Икра кабачковая	30	0,36	1,42	2,32	46,80	пп
Омлет натуральный	116	12,94	23,04	2,45	268,80	210
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПП
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Фрукты свежие	120	1,95	0,65	27,30	105,60	338
Итого за завтрак:	506	17,71	25,14	39,27	478,30	

Неделя: вторая

7 день								
П	Macca	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	No		
Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	y	ценность (ккал)	рецептуры		

ЗАВТРАК											
Каша рисовая молочная	250	7,63	12,52	33,45	278,21	182					
Сыр порциями	15	3,48	4,42	0,00	54,00	15					
Какао с молоком	180	2,78	0,67	26,00	125,11	397					
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП					
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,19	0,36	10,02	52,20	ПП					
Итого за завтрак:	505	17,45	18,27	83,96	580,02						

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

		8 день				
	Macca	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	№
Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	y	ценность (ккал)	рецептуры
	3.	АВТРАК	•			
Шницель рыбный с соусом томатным	90	11,16	12,55	8,95	188,18	235
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61	312
Салат из овощей по- сезону	30	0,25	1,51	0,77	17,73	21
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПП
Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00	393
Итого за завтрак:	517	19,08	24,20	63,01	548,22	

Неделя: вторая

9 день											
Призи ниши маммамарамиа б жата	Macca	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетическая	No					
Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	y	ценность (ккал)	рецептуры					
	3.	АВТРАК									

Биточки (говяжьи) с соусом	90	8,27	9,12	7,81	168,71	268
Каша гречневая	180	5,52	4,52	26,45	168,45	309
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПП
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,00	376
Итого за завтрак:	510	18,26	14,32	68,97	500,86	

Неделя: вторая

		10 день								
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	No				
		Б	Ж	y	ценность (ккал)	рецептуры				
ЗАВТРАК										
Макаронные изделия отварные с сыром	170	11,51	13,53	29,00	284,24	204				
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП				
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	395				
Фрукты свежие	150	1,95	0,65	27,30	105,60	338				
Итого за завтрак:	537	18,68	16,89	85,15	551,34					