

УТВЕРЖДАЮ:



Директор

«Центр социального питания»
Для
документов

Я.Н. Фадеенко

20 ноября 2023 г.

**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ**

Г. ВОЛОГДА

СОГЛАСОВАНО:

/ Директор _____
Басу
_____ *Басу*
Басу
_____ *Басу*

« *20* » *ноября* 2023 год

Примерное
10 дневное меню завтраков
для обучающихся 1-4-х классов 2023-2024 учебный год

| № рец. | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества (г) | | | Энерг. Цен. ккал |
|-----------|--------------------------------|------------|----------------------|---------------|--------------|---------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | Первая неделя | | | | | |
| | Понедельник | | | | | |
| ТТК | Овощи консервированные | 30 | 0,9 | 0,15 | 2,19 | 17 |
| 333/04 | Макаронны с сыром | 150/15 | 10 | 8 | 36 | 257 |
| ТТК | Напиток чайный Ягодный | 200 | 0,2 | 0,05 | 12,1 | 46 |
| ГОСТ | Хлеб пшеничный, или батон | 30 | 1,74 | 0,22 | 10,63 | 70 |
| 338/2011 | Плоды свежие | 1шт | 0,6 | 0,45 | 15,45 | 80 |
| | Итого: | 575 | 13,44 | 8,87 | 76,37 | 470 |
| | | | | | | |
| | Вторник | | | | | |
| 12/2003 | Овощи свежие | 25 | 0 | 0 | 0 | 3,75 |
| ТТК | Фрикадельки по-калининградски | 80 | 12,63 | 8,2 | 8,3 | 156 |
| 553/22 | с соусом сметанным с томатом | 30 | 0,84 | 3,24 | 2,34 | 24 |
| 512/04 | Рис припущенный | 150 | 3,6 | 6 | 37 | 221 |
| 387/2011 | Напиток из варенья | 200 | 0 | 0 | 28,96 | 109 |
| ТУ | Хлеб гречишный | 25 | 1,65 | 0,29 | 10,38 | 51 |
| | Итого: | 510 | 18,72 | 17,73 | 86,98 | 564,75 |
| | | | | | | |
| | Среда | | | | | |
| 451/04 | Котлета | 50 | 6,6 | 16,4 | 7,4 | 201 |
| 587/04 | с соусом томатным | 40 | 0,4 | 2,02 | 2,48 | 30 |
| 508/04 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 4,1 | 10,8 | 39,84 | 232 |
| 685/04 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ГОСТ | Хлеб пшеничный или батон | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47 |
| ТУ | Кисло-молочный продукт | 200 | 5,6 | 6,4 | 19,4 | 158 |
| | Итого: | 660 | 18,48 | 35,87 | 93,79 | 725 |
| | | | | | | |
| | Четверг | | | | | |
| 54-4т/202 | Пудинг из творога с яблоками | 130/30 | 19,85 | 9,36 | 13,35 | 217 |
| 616/2004 | с соусом ягодным, или повидлом | | 0,015 | 0,006 | 3,8 | 15 |
| 686/04 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 |
| ГОСТ | Кондитерское изделие | 20 | 1,62 | 2,26 | 2,16 | 80 |
| ГОСТ | Хлеб пшеничный или батон | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47 |
| 338/2011 | Плоды свежие | 1шт | 0,43 | 0,17 | 14,6 | 68 |
| | Итого: | 527 | 23,755 | 12,046 | 58,79 | 486 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

| | Пятница | | | | | |
|----------|--|------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| 342/04 | Омлет с сыром | 145/5 | 17,4 | 22,5 | 2,8 | 283 |
| ТТК | и зеленым горошком консервированным | 25 | 0,75 | 0,12 | 1,83 | 15 |
| 686/04 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 |
| ГОСТ | Хлеб пшеничный, или батон | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| 338/2011 | Плоды свежие | 1шт | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого: | 522 | 21,97 | 23,47 | 48,97 | 498 |