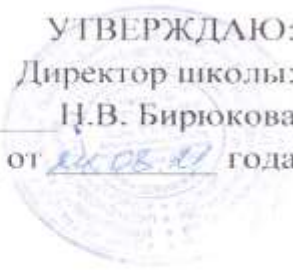


УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы:

Н.В. Бирюкова

Приказ № 332 от 24.08.17 года



**меню горячие завтраки 10 дней  
МБОУ СОШ с. Новоалександровка**



	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		От 7 до 11 лет	От 11 и старше	Белки		Жиры		Углеводы			
1 день	Каша манная на молоке (жидкая)	200	250	8,76	8,76	13,33	13,33	51,31	51,31	348,3	348,3
	Кофейный напиток	100	150	3,32	4,15	0,6	0,65	19,24	24,05	102,15	113,5
	Хлеб пшеничный	100	150	8,3	12,45	1,3	1,95	48,1	72,15	227	340,5
	Масло сливочное	10	10	0,06	0,06	8,25	8,25	0,09	0,09	74,8	74,8
	<b>Всего</b>									<b>937,88</b>	<b>1227,5</b>

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		От 7 до 11 лет	От 11 и старше	Белки		Жиры		Углеводы			
2 день	Каша овсяная на молоке	200	250	9,62	10,21	15,66	15,95	51,54	54,81	373,15	390,4
	Кофейный напиток	100	150	3,32	4,15	0,6	0,65	19,24	24,05	102,15	113,5
	Хлеб пшеничный	100	150	8,3	12,45	1,3	1,95	48,1	72,15	227	340,5
	Масло сливочное	10	10	0,06	0,06	8,25	8,25	0,09	0,09	74,8	74,8
	<b>Всего</b>									<b>770,7</b>	<b>912,8</b>

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		От 7 до 11 лет	От 11 и старше	Белки		Жиры		Углеводы			
3 день	Каша рисовая молочная	200	250	10,7	10,66	15,85	16,15	45,15	47,71	377,65	385,4
	Кофейный напиток	100	150	3,32	4,15	0,6	0,65	19,24	24,05	102,15	113,5
	Хлеб пшеничный	100	150	8,3	12,45	1,3	1,95	48,1	72,15	227	340,5
	Масло сливочное	10	10	0,06	0,06	8,25	8,25	0,09	0,09	74,8	74,8
	<b>Всего</b>									<b>663,35</b>	<b>821,6</b>

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		От 7 до 11 лет	От 11 и старше	Белки		Жиры		Углеводы			
4 день	Сырники из творога со сметаной	200	250	10,7	10,66	15,85	16,15	42,15	47,71	377,65	395,4
	Кофейный напиток	100	150	3,32	4,15	0,6	0,65	19,24	24,05	102,15	113,5
	Хлеб пшеничный	100	150	8,3	12,45	1,3	1,95	48,1	72,15	227	340,5
	Масло сливочное	10	10	0,06	0,06	8,25	8,25	0,09	0,09	74,8	74,8
	<b>Всего</b>									<b>870,24</b>	<b>1012,34</b>



	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		От 7 до 11 лет	От 11 и старше	Белки		Жиры		Углеводы			
5 день	Каша геркулесовая с молоком	200	250	107	1066	15,85	16,15	42,15	47,71	377,65	395,4
	Кофейный напиток	100	150	3,32	4,15	0,6	0,65	19,24	24,05	102,15	113,5
	Хлеб пшеничный	100	150	8,3	12,45	1,3	1,95	48,1	72,15	227	340,5
	Масло сливочное	10	10	0,06	0,06	8,25	8,25	0,09	0,09	74,8	74,8
	<b>Всего</b>									<b>125,32</b>	<b>850,6</b>

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		От 7 до 11 лет	От 11 и старше	Белки		Жиры		Углеводы			
6 день	макаронные изделия на молоке	200	250	8,76	8,76	13,33	13,33	51,31	51,31	348,3	348,3
	Какао с молоком	100	150	3,32	4,15	0,6	0,65	19,24	24,05	102,15	113,5
	Хлеб пшеничный	100	150	8,3	12,45	1,3	1,95	48,1	72,15	227	340,5
	Масло сливочное	10	10	0,06	0,06	8,25	8,25	0,09	0,09	74,8	74,8
	<b>Всего</b>									<b>785,6</b>	<b>947,3</b>

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		От 7 до 11 лет	От 11 и старше	Белки		Жиры		Углеводы			
7 день	Каша дружба на молоке	200	200	6,5	6,5	8,33	8,33	35,09	35,09	241,11	241,11
	Кофейный напиток	100	150	3,32	4,15	0,6	0,65	19,24	24,05	102,15	113,5
	Хлеб пшеничный	100	150	8,3	12,45	1,3	1,95	48,1	72,15	227	340,5
	Масло сливочное	10	10	0,06	0,06	8,25	8,25	0,09	0,09	74,8	74,8
	<b>Всего</b>									<b>567,19</b>	<b>695</b>



	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		От 7 до 11 лет	От 11 и старше	Белки		Жиры		Углеводы			
8 день	Молочная каша пшеничная	200	200	6,33	6,33	8,90	8,90	25,49	25,49	207,38	207,38
	Чай с сахаром	200	200	-	-	-	-	14,97	14,97	56,1	56,1
	Хлеб пшеничный	100	150	8,3	12,45	1,3	1,95	48,1	72,15	227	340,5
	Масло сливочное	10	10	0,06	0,06	8,25	8,25	0,09	0,09	74,8	74,8
	<b>Всего</b>			28,72	38,05	26,01	28,2	91,53	121,76	<b>651,48</b>	<b>824,49</b>

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		От 7 до 11 лет	От 11 и старше	Белки		Жиры		Углеводы			
9 день	Сырники из творога со сметаной	200	250	107	1066	15,85	16,15	42,15	47,71	377,65	395,4
	кисель	100	150	3,32	4,15	0,6	0,65	19,24	24,05	102,15	113,5
	Хлеб пшеничный	100	150	8,3	12,45	1,3	1,95	48,1	72,15	227	340,5
	Масло сливочное	10	10	0,06	0,06	8,25	8,25	0,09	0,09	74,8	74,8
	<b>Всего</b>									<b>788</b>	<b>946,35</b>

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
		От 7 до 11 лет	От 11 и старше	Белки		Жиры		Углеводы			
10 день	Яйцо вареное	200	250	8,23	10,3	24,5	27,6	48,26	53,8	339,2	384,9
	Кофейный напиток	100	150	3,32	4,15	0,6	0,65	19,24	24,05	102,15	113,5
	Хлеб пшеничный	100	150	8,3	12,45	1,3	1,95	48,1	72,15	227	340,5
	Масло сливочное	10	10	0,06	0,06	8,25	8,25	0,09	0,09	74,8	74,8
	<b>Всего</b>									<b>815,99</b>	<b>929,49</b>

Завхоз У Уразаева Н.В.

Повар К Касимова О.В.