

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МКОУ "Краснолнинская СОШ"

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Завтрак 12-18 лет многодетные, малообеспеченные, род.плата

**с 15.04.2024**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>	<b>550</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>97</b>	<b>638</b>	
ЗАВТРАК		<b>550</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>97</b>	<b>638</b>	
	Каша пшеничная молочная жидкая	250	9,29	9,25	44,46	298,13	235/1
	Бутерброды с сыром и маслом	40	5,49	7,24	10,44	128,73	65/1
	Чай с молоком	200	1,45	1,60	12,36	69,64	460/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>	<b>540</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>95</b>	<b>643</b>	
ЗАВТРАК		<b>540</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>95</b>	<b>643</b>	
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Каша гречневая вязкая	250	11,19	9,48	40,48	291,98	213/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,56	14,92	105,67	462/1
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>	<b>550</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>94</b>	<b>607</b>	
ЗАВТРАК		<b>550</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>94</b>	<b>607</b>	
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Каша рисовая молочная жидкая	250	6,45	8,17	40,23	260,20	236/1
	Бутерброды с сыром и маслом	40	5,49	7,24	10,44	128,73	65/1
	Кофейный напиток	200	1,77	1,60	13,87	76,96	464/1
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>	<b>690</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>126</b>	<b>720</b>	
ЗАВТРАК		<b>690</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>126</b>	<b>720</b>	
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	Чай с молоком	200	1,45	1,60	12,36	69,64	460/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Яблоки	150	0,60		14,70	61,20	/0
	Макаронные изделия отварные	250	9,48	7,26	60,10	343,60	256/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>	<b>550</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>94</b>	<b>642</b>	
ЗАВТРАК		<b>550</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>94</b>	<b>642</b>	
	Каша манная молочная жидкая	250	7,96	8,34	39,87	266,33	230/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Бутерброды с сыром и маслом	40	5,49	7,24	10,44	128,73	65/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,56	14,92	105,67	462/1
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 6</b>	<b>540</b>	<b>17</b>	<b>19</b>	<b>90</b>	<b>603</b>	
ЗАВТРАК		<b>540</b>	<b>17</b>	<b>19</b>	<b>90</b>	<b>603</b>	
	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жи,	250	9,09	10,75	37,01	281,08	234/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	Кофейный напиток	200	1,77	1,60	13,87	76,96	464/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>	<b>550</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>97</b>	<b>638</b>	
ЗАВТРАК		<b>550</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>97</b>	<b>638</b>	
	Бутерброды с сыром и маслом	40	5,49	7,24	10,44	128,73	65/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Каша пшеничная молочная жидкая	250	9,29	9,25	44,46	298,13	235/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Чай с молоком	200	1,45	1,60	12,36	69,64	460/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>	<b>540</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>114</b>	<b>694</b>	

<b>ЗАВТРАК</b>		<b>540</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>114</b>	<b>694</b>	
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Макаронные изделия отварные	250	9,48	7,26	60,10	343,60	256/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,56	14,92	105,67	462/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>	<b>550</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>94</b>	<b>607</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>550</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>94</b>	<b>607</b>	
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Каша рисовая молочная жидкая	250	6,45	8,17	40,23	260,20	236/1
	Бутерброды с сыром и маслом	40	5,49	7,24	10,44	128,73	65/1
	Кофейный напиток	200	1,77	1,60	13,87	76,96	464/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>	<b>690</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>89</b>	<b>542</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>690</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>89</b>	<b>542</b>	
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,86	5,80	22,52	165,66	139/1
	Чай с молоком	200	1,45	1,60	12,36	69,64	460/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Яблоки	150	0,60		14,70	61,20	/0
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>	<b>550</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>89</b>	<b>616</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>550</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>89</b>	<b>616</b>	
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Каша "Дружба"	250	6,58	8,33	34,60	239,66	229/1
	Бутерброды с сыром и маслом	40	5,49	7,24	10,44	128,73	65/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,56	14,92	105,67	462/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6</b>	<b>540</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>92</b>	<b>585</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>540</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>92</b>	<b>585</b>	
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Каша манная молочная жидкая	250	7,85	8,33	39,17	263,01	230/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2.1/1
	Кофейный напиток	200	1,77	1,60	13,87	76,96	464/1
<b>ИТОГО</b>			<b>225</b>	<b>218</b>	<b>1171</b>		