

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ "Краснонивинская СОШ"

Е.В. Потрепалова

## Меню (ГПД завтрак)

Возрастная категория: 7-11 завтрак

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>	<b>450</b>	<b>11</b>	<b>14</b>	<b>65</b>	<b>429</b>	
ЗАВТРАК		<b>450</b>	<b>11</b>	<b>14</b>	<b>65</b>	<b>429</b>	
	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,39	7,44	35,52	238,55	235/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	69/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	20	1,52	0,18	9,82	46,97	2.1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>	<b>450</b>	<b>12</b>	<b>14</b>	<b>62</b>	<b>425</b>	
ЗАВТРАК		<b>450</b>	<b>12</b>	<b>14</b>	<b>62</b>	<b>425</b>	
	Каша гречневая вязкая	200	8,96	7,64	32,48	234,53	213/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	69/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	20	1,52	0,18	9,82	46,97	2.1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>	<b>450</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>62</b>	<b>398</b>	
ЗАВТРАК		<b>450</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>62</b>	<b>398</b>	
	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,12	6,57	31,96	207,55	236/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	69/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	20	1,52	0,18	9,82	46,97	2.1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>	<b>450</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>54</b>	<b>328</b>	
ЗАВТРАК		<b>450</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>54</b>	<b>328</b>	
	Макаронные изделия отварные	200	3,79	2,90	24,04	137,44	256/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	69/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	20	1,52	0,18	9,82	46,97	2.1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>	<b>450</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>62</b>	<b>403</b>	
ЗАВТРАК		<b>450</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>62</b>	<b>403</b>	
	Каша манная молочная жидкая	200	6,30	6,68	31,80	212,54	230/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	69/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	20	1,52	0,18	9,82	46,97	2.1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>	<b>450</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>48</b>	<b>313</b>	
ЗАВТРАК		<b>450</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>48</b>	<b>313</b>	
	Каша пшеничная молочная жидкая	200	3,78	3,80	18,19	122,06	235/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	69/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	20	1,52	0,18	9,82	46,97	2.1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>	<b>450</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>54</b>	<b>328</b>	
ЗАВТРАК		<b>450</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>54</b>	<b>328</b>	
	Макаронные изделия отварные	200	3,79	2,90	24,04	137,44	256/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	69/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	20	1,52	0,18	9,82	46,97	2.1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>	<b>450</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>62</b>	<b>398</b>	
ЗАВТРАК		<b>450</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>62</b>	<b>398</b>	
	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,12	6,57	31,96	207,55	236/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	69/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	20	1,52	0,18	9,82	46,97	2.1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>	<b>450</b>	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>48</b>	<b>323</b>	
ЗАВТРАК		<b>450</b>	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>48</b>	<b>323</b>	
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,69	4,64	18,01	132,52	139/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	69/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	20	1,52	0,18	9,82	46,97	2.1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>	<b>450</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>289</b>	
ЗАВТРАК		<b>450</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>289</b>	
	Каша "Дружба"	200	2,67	3,43	14,15	98,08	229/1
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	69/1
	Хлеб пшеничный вит (завтрак)	20	1,52	0,18	9,82	46,97	2.1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1