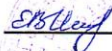
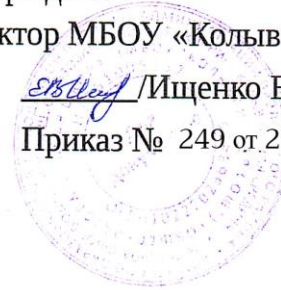


Утверждаю:
директор МБОУ «Колыванская СОШ»

 /Ищенко Е.В./

Приказ № 249 от 28.12.2024



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ
(С ОДНОСМЕННОМ РЕЖИМЕ РАБОТЫ ШКОЛ)
2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 12 лет

и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Каша молочная рисовая с маслом	250	5,41	6,24	39,28	235	Таб 4
Какао с молоком	200	3,48	2,79	22,65	131	693
Кисломолочный продукт (йогурт, йогурт питьевой,ряженка)	100	2,5	0,3	17	80	акт
Булочка школьная	50	1,7	0,8	6,37	62	акт
Итого		13,09	10,13	85,3	508	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 12 лет

и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Мясо по - купечески	250	19,52	22,14	43,13	412	-
Закуска из овощей	100	1,1	2,7	4,5	47	43
Чай с сахаром и лимоном	200	0,23	0,02	13,72	57	686
Хлеб пшеничный	60	2,28	0,27	15,57	71	акт

Итого		23,13	25,13	76,92	587	
-------	--	-------	-------	-------	-----	--

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 12 лет
и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Мясные ежики	150	10,62	12,35	10,08	215	акт
Пюре картофельное	250	3,91	5,86	26,46	180	520
Сок фруктовый	200	0,2	0,04	25,73	96	699
Хлеб пшеничный	60	2,28	0,27	15,57	71	акт

Итого		16,01	17,52	75,84	562	
-------	--	-------	-------	-------	-----	--

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 12 лет
и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Чахохбили	150	14,76	8,85	6,26	156	-
Макаронные изделия отварные	250	6,98	5,39	44,5	255	516
Напиток из ягод	200	0,27	1,22	22,84	105	123
Хлеб пшеничный	60	2,28	0,27	15,57	71	акт

Итого		24,56	15,71	89,17	587	
-------	--	-------	-------	-------	-----	--

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 12 лет
и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рыба под сырной шапкой	100	9,19	10,73	7,7	136	-
Сложный овощной гарнир (пюре картофельное, овощи отварные или капуста тушеная) закуска из овощей	250/100	5,8	14,6	28,4	267	520

Компот и смеси сухофруктов	200	5,4	0,05	26,81	111	639
Хлеб пшеничный	60	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		22,67	25,65	78,48	585	