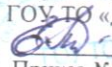


УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по воспитательной работе
ГБОУ ТО «Долматовская школа»
 Е.Н.Мельникова
Приказ № 49-ахд от 10.08.2022

**Примерное двухнедельное циклическое меню
для обучающихся ГБОУ ТО «Долматовская школа»
(горячее питание (завтраки) для обучающихся 1-4
классов)**

Коды	Наименование блюда	Масса	Белк	Жиры	Угледо	Энергетическа	
			и		ы	я ценность	
		г	г	г	г	ккал	

Понедельник, 1 неделя

Завтрак

53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	✓ 10	0,1	7,3	0,1	66,1	
54-20з-2020	Горошек зеленый	✓ 60	1,7	0,1	3,5	22,1	
54-1о-2020	Омлет натуральный	✓ 160	13,5	19,2	3,5	240,6	
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	✓ 200	3,9	2,9	11,2	86	
Пром.	Мандарин	✓ 100	0,8	0,2	7,5	35	
Пром.	Батон нарезной	✓ 30	2,3	0,9	15,4	78,5	
Итого за завтрак		560	22,3	30,6	41,2	528,2	

Вторник, 1 неделя

Завтрак

54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	✓ 200	6,8	7,4	24,6	192,7	
54-21гн-2020	Какао с молоком	✓ 220	5,2	3,9	13,7	110,5	
Пром.	Батон нарезной	✓ 30	2,3	0,9	15,4	78,5	
Пром.	Банан	✓ 130	2	0,7	27,3	122,9	
Итого за завтрак		580	16,3	12,9	81	504,6	

Среда, 1 неделя

Завтрак

54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6	6,1	60,9	
54-26г-2020	Рис с овощами	✓ 150	3,2	5,7	26	167,8	
54-21м-2020	Курица отварная	✓ 90	28,9	2,2	1	139,3	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	✓ 200	0,2	0	6,4	26,8	
Пром.	Батон нарезной	✓ 30	2,3	0,9	15,4	78,5	
Итого за завтрак		550	35,7	12,4	54,9	473,3	

Четверг, 1 неделя

Завтрак

53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	✓ 10	0,1	7,3	0,1	66,1	
54-16к-2020	Каша "Дружба"	✓ 220	5,5	6,5	26,4	185,8	
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	✓ 200	1,5	1,1	8,6	50,2	
Пром.	Мармелад фруктово-ягодный формовой	✓ 30	0,5	2,8	19,3	103,7	
Пром.	Батон нарезной	✓ 30	2,3	0,9	15,4	78,5	
Итого за завтрак		490	9,9	18,6	69,8	484,3	

Пятница, 1 неделя

Завтрак

94	Салат «Мозаика»	✓ 60	1,6	3,9	5,6	63,8	
54-1о-2020	Омлет натуральный	✓ 180	15,2	21,6	3,9	270,6	
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	✓ 200	0,2	0	6,6	27,2	
Пром.	Батон нарезной	✓ 30	2,3	0,9	15,4	78,5	
Пром.	Джем из абрикосов	✓ 25	0,1	0	18	72,4	
Итого за завтрак		495	19,4	26,4	49,5	512,5	

Понедельник, 2 неделя

Завтрак

53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	✓ 10	0,1	7,3	0,1	66,7
54-3з-2020	Помидор в нарезке	✓ 60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	✓ 150	9,7	10,6	4,8	153,5
54-45гн-2020	Чай с сахаром	✓ 200	0,1	0	5,2	21,4
Пром.	Батон нарезной	✓ 30	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Зефир	✓ 50	0,4	0,1	39,9	161,7
Итого за завтрак		500	13,3	19	67,7	494,0

Вторник, 2 неделя

Завтрак

222	Лапшевник с творогом	✓ 200	16,9	9,9	43,2	329,4
54-4соус-2020	Соус сметанный натуральный	✓ 50	1,5	8,2	3,3	93
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	✓ 220	0,3	0,1	7,3	30,7
Пром.	Батон нарезной	✓ 30	2,3	0,9	15,4	78,5
Итого за завтрак		500	21	19,1	69,2	531,6

Среда, 2 неделя

Завтрак

54-17з-2020	Салат из моркови и чернослива	✓ 60	0,9	0,2	12,9	56,8
54-6г-2020	Рис отварной	✓ 150	3,6	4,8	36,4	203,5
54-5м-2020	Котлета из курицы	✓ 90	17,2	3,9	12	151,8
54-2гн-2020	Чай с сахаром	✓ 200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Батон нарезной	✓ 30	2,3	0,9	15,4	78,5
Итого за завтрак		530	24,2	9,8	83,1	517,4

Четверг, 2 неделя

Завтрак

54-3з-2020	Помидор в нарезке	✓ 60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-1о-2020	Омлет натуральный	✓ 150	12,7	18	3,2	225,5
54-21гн-2020	Какао с молоком	✓ 200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Батон нарезной	✓ 30	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Пряник	✓ 35	2,1	1,6	26,3	128,1
Итого за завтрак		475	22,5	24,1	59,7	545,3

Пятница, 2 неделя

Завтрак

54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	✓ 30	7	8,9	0	107,5
54-11к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с курагой	✓ 220	9,5	11,8	40,8	307,6
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	✓ 200	0,64	0,25	15,15	65,3
Пром.	Батон нарезной	✓ 30	2,3	0,9	15,4	78,5
Итого за завтрак		480	19,4	21,8	71,3	559