

Согласовано
Начальник МКУ "Управление образования" Мушкетерского района р.т.
Л.Я. Хабибуллина

Согласовано
Директор ОУ
Мушкетерского лицея

МБОУ
Мушкетерский лицей

Утверждено
Индивидуальный предприниматель
Ибрагимова Э.И.
/Э.И. Ибрагимова/

Мушкетерский район индивидуальная предпринимательская организация
Ибрагимова Э.И.
Ильдусовна
ИНН 16-088/08
162900020488

ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МУСЛУМОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА НА 2024 г.
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ МУСЛУМОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА НА 2024 г.
ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5-11 КЛАССАХ, ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	I (макс.), МКГ	I (мин.), МКГ	I (сред.), МКГ	Zn (макс.), МКГ	Zn (мин.), МКГ	Zn (сред.), МКГ	Se (макс.), МКГ	Se (мин.), МКГ	Se (сред.), МКГ
			в т.ч. всего	жив.	в т.ч. всего	раст.											

1 НЕДЕЛЯ

1 ДЕНЬ

Завтрак

-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	111,951	0	0	0	1425	549	987	11,4	11,4	11,4
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,1745	4,1	4,1	4,1	442,5	174	308,25	44,01	26,01	35,01
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	5,97	2,35	4,77	0,52	33,75	196,946	34,24	14,52	24,38	2147,67	982,95	1565,31	45,21	23,88	34,54
Итого за 'Завтрак'		450	9,47	2,35	5,15	0,9	62,23	329,07	38,33	18,61	28,47	4015,17	1705,95	2860,56	100,62	61,29	80,95

Завтрак

-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	111,951	0	0	0	1425	549	987	11,4	11,4	11,4
29/10	Чай с лимоном	200	0,23	0	0,05	0,05	9,92	39,5916	3,85	3,72	3,79	434,63	165,16	299,9	39,92	23,87	31,9
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,54	2,36	6,11	1,32	32,63	210,103	31,04	15,29	23,16	2125,67	973,93	1549,8	36,73	18,95	27,84
Итого за 'Завтрак'		450	10,08	2,36	6,49	1,7	66	361,65	34,89	19,01	26,95	3985,3	1688,09	2836,69	88,05	54,22	71,13

3 ДЕНЬ

Завтрак

-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	111,951	0	0	0	1425	549	987	11,4	11,4	11,4
27/10	Чай	200	0,2	0	0,05	0,05	9,92	38,7573	3,77	3,77	3,77	436,5	165,6	301,05	39,98	23,78	31,88
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,31	2,35	4,59	0,32	29,54	179,183	30,04	13,01	21,52	1687,83	759,8	1223,82	39,39	20,58	29,99
Итого за 'Завтрак'		450	8,81	2,35	4,97	0,7	62,92	329,89	33,81	16,78	25,29	3549,33	1474,4	2511,87	90,77	55,76	73,26

4 ДЕНЬ

Завтрак

-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	111,951	0	0	0	1425	549	987	11,4	11,4	11,4
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,1745	4,1	4,1	4,1	442,5	174	308,25	44,01	26,01	35,01
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,53	2,35	5,47	1,32	32,62	204,286	31	15,28	23,14	2123,67	973,11	1548,39	36,56	18,86	27,71
Итого за 'Завтрак'		450	10,04	2,35	5,85	1,7	61,1	336,41	35,09	19,37	27,23	3991,17	1696,11	2843,64	91,97	56,27	74,12

5 ДЕНЬ

Завтрак

-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	111,951	0	0	0	1425	549	987	11,4	11,4	11,4
27/10	Чай	200	0,2	0	0,05	0,05	9,92	38,7573	4,19	4,19	4,19	485	184	334,5	44,42	26,42	35,42
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	7,7	2,88	8,43	2,43	34,27	239,974	31,89	12,86	22,37	1980,6	899,57	1440,09	32,08	15,9	23,99
Итого за 'Завтрак'		450	11,2	2,88	8,81	2,81	67,64	390,68	36,08	17,05	26,56	3890,6	1632,57	2761,59	87,9	53,72	70,81

2 НЕДЕЛЯ

1 ДЕНЬ

Завтрак

-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	111,951	0	0	0	1425	549	987	11,4	11,4	11,4
29/10	Чай с лимоном	200	0,23	0	0,05	0,05	9,92	39,5916	3,85	3,72	3,79	434,63	165,16	299,9	39,92	23,87	31,9
11/4	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	6,54	2,36	6,11	1,32	32,63	210,103	31,04	15,29	23,16	2125,67	973,93	1549,8	36,73	18,95	27,84
Итого за 'Завтрак'		450	10,08	2,36	6,49	1,7	66	361,65	34,89	19,01	26,95	3985,3	1688,09	2836,69	88,05	54,22	71,13

2 ДЕНЬ

Завтрак

-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	111,951	0	0	0	1425	549	987	11,4	11,4	11,4
27/10	Чай	200	0,2	0	0,05	0,05	9,92	38,7573	4,19	4,19	4,19	485	184	334,5	44,42	26,42	35,42
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,31	2,35	4,59	0,32	29,54	179,183	33,38	14,46	23,92	1875,37	844,23	1359,8	43,77	22,87	33,32
Итого за 'Завтрак'		450	8,81	2,35	4,97	0,7	62,92	329,89	37,57	18,65	28,11	3785,37	1577,23	2681,3	99,59	60,69	80,14

3 ДЕНЬ

Завтрак

-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	111,951	0	0	0	1425	549	987	11,4	11,4	11,4
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,1745	3,69	3,69	3,69	398,25	156,6	277,43	39,61	23,41	31,51
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	5,97	2,35	4,77	0,52	33,75	196,946	30,81	13,06	21,94	1932,9	884,65	1408,77	40,69	21,49	31,09
Итого за 'Завтрак'		450	9,47	2,35	5,15	0,9	62,23	329,07	34,5	16,75	25,62	3756,15	1590,25	2673,2	91,7	56,3	74

4 ДЕНЬ

Завтрак

-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	111,951	0	0	0	1425	549	987	11,4	11,4	11,4
27/10	Чай	200	0,2	0	0,05	0,05	9,92	38,7573	3,77	3,77	3,77	436,5	165,6	301,05	39,98	23,78	31,88
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	7,7	2,88	8,43	2,43	34,27	239,974	35,44	14,29	24,86	2200,67	999,53	1600,1	35,65	17,67	26,66
Итого за 'Завтрак'		450	11,2	2,88	8,81	2,81	67,64	390,68	39,21	18,06	28,63	4062,17	1714,13	2888,15	87,03	52,85	69,94

5 ДЕНЬ

Завтрак

-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	111,951	0	0	0	1425	549	987	11,4	11,4	11,4
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,1745	3,69	3,69	3,69	398,25	156,6	277,43	39,61	23,41	31,51
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,53	2,35	5,47	1,32	32,62	204,286	31	15,28	23,14	2123,67	973,11	1548,39	36,56	18,86	27,71
Итого за 'Завтрак'		450	10,04	2,35	5,85	1,7	61,1	336,41	34,68	18,96	26,82	3946,92	1678,71	2812,81	87,57	53,67	70,62