

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 4
Давыденко Наталья Александровна
20__ г.



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "ГРАНД"
Людмила Ю.С.
20__ г.



Примерное двенадцатидневное меню

Для организации горячего питания для обучающихся старших классов
общеобразовательных организаций города Бавлы и Бавлинского района на 2024 учебный год

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ С 5-11 КЛАССЫ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод, ы, г	Калорийнос ть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	1-ая неделя													
	1 день													
	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ	50	5,39	5,22	25,65	171	0,014	-	9,4	0,69	100,85	85,4	14,47	1,1
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	0,021	0,005	14,975	60	-	-	21	-	0,45	-	-	0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод, ы, г	Калорийнос ть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	1-ая неделя													
	2 день													
	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ	50	5,39	5,22	25,65	171	0,014	-	9,4	0,69	100,85	85,4	14,47	1,1
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	0,021	0,005	14,975	60	-	-	21	-	0,45	-	-	0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод, ы, г	Калорийнос ть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	1-ая неделя													
	3 день													
	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ	50	5,39	5,22	25,65	171	0,014	-	9,4	0,69	100,85	85,4	14,47	1,1
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	0,021	0,005	14,975	60	-	-	21	-	0,45	-	-	0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод, ы, г	Калорийнос ть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	1-ая неделя													
	4 день													
	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ	50	5,39	5,22	25,65	171	0,014	-	9,4	0,69	100,85	85,4	14,47	1,1
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	0,021	0,005	14,975	60	-	-	21	-	0,45	-	-	0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
376	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	50 200/8	5,39 0,021	5,22 0,005	25,65 14,975	171 60	0,014 -	-	9,4 21	0,69 -	100,85 0,45	85,4 -	14,47 -	1,1 0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
376	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	50 200/8	5,39 0,021	5,22 0,005	25,65 14,975	171 60	0,014 -	-	9,4 21	0,69 -	100,85 0,45	85,4 -	14,47 -	1,1 0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145
	Средняя за первую неделю:		5,411	5,225	40,625	231,000	0,014	0,000	30,400	0,690	101,300	85,400	14,470	1,145

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
376	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	50 200/8	5,39 0,021	5,22 0,005	25,65 14,975	171 60	0,014 -	-	9,4 21	0,69 -	100,85 0,45	85,4 -	14,47 -	1,1 0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
376	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	50 200/8	5,39 0,021	5,22 0,005	25,65 14,975	171 60	0,014 -	-	9,4 21	0,69 -	100,85 0,45	85,4 -	14,47 -	1,1 0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	2-ая неделя													
	3 день													
	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ	50	5,39	5,22	25,65	171	0,014	-	9,4	0,69	100,85	85,4	14,47	1,1
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	0,021	0,005	14,975	60	-	-	21	-	0,45	-	-	0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	2-ая неделя													
	4 день													
	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ	50	5,39	5,22	25,65	171	0,014	-	9,4	0,69	100,85	85,4	14,47	1,1
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	0,021	0,005	14,975	60	-	-	21	-	0,45	-	-	0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	2-ая неделя													
	5 день													
	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ	50	5,39	5,22	25,65	171	0,014	-	9,4	0,69	100,85	85,4	14,47	1,1
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	0,021	0,005	14,975	60	-	-	21	-	0,45	-	-	0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	2-ая неделя													
	6 день													
	ВЫПЕЧКА В АССОРТИМЕНТЕ	50	5,39	5,22	25,65	171	0,014	-	9,4	0,69	100,85	85,4	14,47	1,1
376	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	200/8	0,021	0,005	14,975	60	-	-	21	-	0,45	-	-	0,045
	Итого:		5,411	5,225	40,625	231	0,014	0	30,4	0,69	101,3	85,4	14,47	1,145
	Средняя за вторую неделю:		5,411	5,225	40,625	231,000	0,014	0,000	30,400	0,690	101,300	85,400	14,470	1,145
	Средняя за две недели:		5,411	5,225	40,625	231,000	0,014	0,000	30,400	0,690	101,300	85,400	14,470	1,145