



СОГЛАСОВАНО:  
Директор МАОУ «СОШ №1»  
Г.А. Квасова  
\_\_\_\_\_ 2021 г



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
МУП «Комбинат питания»  
В.Ю.Лькова  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 г

# ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ  
МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ГОРОДА ПОКАЧИ  
(НА ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД)

Итого за завтрак			136,59	20,35	18,77	90,71	589,65	
<b>День 4 четверг</b>								
завтрак	Овощи свежие порционно	30	14,39	0,55	0,10	1,90	12,00	т8 Скурихин
	Котлета рубленая из птицы с творогом	100	59,92	11,12	10,20	19,25	145,50	тк 435
	Каша гречневая с луком	150	11,87	4,59	6,92	25,88	234,52	тк 90
	Напиток кофейный с молоком	200	14,05	1,50	1,30	22,40	107,00	тк 136
	Хлеб "Дарницкий"	30	2,70	1,40	0,28	10,25	51,50	
Итого за завтрак			102,93	19,16	18,80	79,68	550,52	
<b>День 5 пятница</b>								
завтрак	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150/5	18,20	5,56	8,60	32,86	223,60	тк265
	Запеканка творожная с повидлом	100/10	61,37	10,90	6,70	18,50	178,10	тк3
	Фрукты свежие	150	40,00	0,80	0,80	20,25	94,00	т. 9 Скурихин
	Чай с сахаром	200	1,25	0,20	0,00	10,00	41,00	тк 10
	Батон столовый	30	4,50	1,88	0,20	12,85	60,70	
Итого за завтрак			125,32	19,34	16,30	94,46	597,40	
<b>Неделя2:</b>								
<b>День 1 понедельник</b>								
завтрак	Омлет натуральный запечённый с колбасными изделиями	150	62,43	13,90	14,30	5,00	259,00	тк 154
	Напиток кофейный с молоком	200	14,05	1,50	1,30	22,40	107,00	тк 136
	Йогурт фруктовый (живые культуры)	120	50,4	2,90	3,50	15,30	88,00	
	Батон "Столовый"	30	4,5	1,88	0,20	12,85	60,70	
Итого за завтрак			131,38	20,18	19,3	55,55	514,7	
<b>День 2 вторник</b>								
завтрак	Овощи свежие порционно	30	14,39	0,21	0,03	0,57	3,30	Сб. Скурихин
	Гуляш из отварной говядины	100	68,91	15,50	15,90	3,10	235,00	тк 134
	Макаронные изделия отварные	140	10,19	4,50	4,80	31,90	191,00	тк 5
	Отвар из шиповника	200	5,40	0,34	0,00	13,49	55,32	тк9
	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	2,25	1,40	0,28	10,25	51,50	
Итого за завтрак			101,14	21,95	21,01	59,31	536,12	

День 3 среда								
завтрак	Ватрушка "Царская" (творожная запеканка)	150	63,35	14,07	16,30	39,60	362,18	тТК 16
	Какао с витаминами	180	17,45	3,77	2,50	26,00	151,28	тТК 37
	Фрукты свежие	140	35	0,50	0,50	20,25	55,90	т. 9
	Батон "Столовый"	30	4,5	1,88	0,20	12,85	60,70	Салатник
Итого за завтрак			120,3	20,22	19,5	98,7	630,06	
День 4 четверг								
завтрак	Овощи свежие порционно	30	14,39	0,55	0,10	1,90	12,00	Сб. Скур.
	Кнели из птицы с соусом	110	40,74	13,00	13,20	10,54	193,00	тТК403
	Картофельное пюре	150	24,33	2,54	5,44	20,30	132,00	тТК 35
	Чай с сахаром	200	1,25	0,20	0,00	10,00	41,00	тТК 10
	Кондитерские изделия	25	10,00	1,88	2,50	28,00	158,00	
	Хлеб ржаной "Дарницкий"	25	2,25	1,40	0,28	10,25	51,50	
Итого за завтрак			92,96	19,57	21,52	80,99	587,50	
День 5 пятница								
завтрак	Салат "Школьный"	60	20,58	3,20	4,80	3,26	83,41	тТК 438
	Плов из птицы(филе)	200	52,00	10,66	10,00	46,90	363,00	тТК 258
	Какао "Несквик"	200	20,60	4,50	2,50	22,40	107,00	тТК 136
	Фрукты	150	39,00	0,80	0,80	20,25	94,00	т. 9 Скурихин
	Хлеб "Пшеничный" йодированный в/с	25	2,50	1,98	0,20	12,20	58,50	
Итого за завтрак			134,68	21,14	18,30	105,01	705,91	
Итого в среднем за 10 дней			1201,43	204,27	194,55	828,63	6005,15	
Итого в среднем за 1 завтрак			120,143	20,43	19,46	82,86	600,52	

Технолог отдела общественного питания

И.И.Корниенко



