

СОГЛАСОВАНО:


Муниципальное автономное учреждение «Комбинат школьного питания»
МАУ «МКШП»
ОГРН 50-0213000178
ИНН 4213007390
2023 г.
(Ф.И.О.)

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУ «Школьное питание»



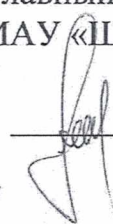
А.Ю.Панькова

«07» февраля 2023 г.

**Примерное
20-дневное меню завтраков
для обучающихся 1-4-х классов
Возрастная группа: с 7-11 лет
Сезон: весенний**

Разработано:

Главный технолог
МАУ «Школьное питание»



С.Ю.Хохлова

*Разработано по заказу министерства образования и науки Кузбасса
Февраль 2023 г.*

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ «Школьное питание»



Михайлов С.

(Ф.И.О.)

2023 г.

А.Ю.Панькова

«07» февраля 2023 г.

**Примерное
20-дневное меню обедов
для обучающихся 1-4-х классов
Возрастная группа: с 7-11 лет
Сезон: весенний
Вариант № 2**

Разработано:

Главный технолог
МАУ «Школьное питание»

С.Ю.Хохлова

день 9

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг		Минеральные вещества, мг				
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	Ca	P	Mg	Fe	K
Завтрак	25	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,45	15,45	70,5	0,03	0,05	28,5	24	18	0	232,5
	67	Омлет с сыром	150	18,86	20,22	2,79	270,32	0,08	0,52	224,44	302,56	22,67	2,8	206,21
	115	Какао с молоком	200	6,64	5,15	16,81	141,19	0,06	0,26	226,48	187,22	40,37	0,97	304,78
	121	Батон пшеничный	30	2,25	0,87	14,94	78,6	0,03	0,01	5,7	19,5	3,9	0,36	27,6
		Итого за прием пищи:		530	28,35	26,69	49,99	560,61	0,2	0,84	485,12	533,28	84,94	4,13
		Доля суточной потребности в энергии, %					23,86							
Обед	24	Фрукты в ассортименте (яблок)	150	0,6	0,6	14,7	70,50	0,03	0,05	28,5	24	18	0	232,5
	31	Борщ с мясом и сметаной	200	5,74	8,78	8,74	138,04	0,04	0,08	33,8	77,48	20,28	1,28	278,8
	148	Рыба запеченная под сырно - овощной шапкой	90	19,52	10,17	5,89	193,12	0,11	0,16	129,65	270,19	64,94	1,28	460,93
	22	Рагу овощное с маслом	150	2,41	7,02	14,18	130,79	0,08	0,07	35,24	63,07	28,07	1,03	482,73
	114	Чай с сахаром	200	0	0	7,27	28,73	0	0	0,26	0,03	0,03	0,02	0,29
	119	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,05	0,01	9	29,25	6,3	0,5	41,85
	120	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	10,05	49,5	0,04	0,02	7,25	37,5	11,75	0,98	58,75
	Итого за прием пищи:		#REF!	33,34	27,23	82,97	716,43	0,35	0,39	243,7	501,52	149,37	5,09	1555,85
		Доля суточной потребности в энергии, %					30,49							

Прошито, пронумеровано и скреплено

печатью 20 листов

Подпись *[Handwritten Signature]*

