

Согласовано

Директор

МОУ "Средняя школа №38"  
Басма Бейза ЭН

Генеральный директор АО "Соцлитсервис"

Федулин Р.А.

**МЕНЮ ЗАВТРАКОВ****для обучающихся начального общего образования 1-4 класс****Возрастная категория 7-11 лет**

№ рецептуры	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

**1 неделя****Понедельник**

54-1з	15	53,8	Сыр в нарезке	3,5	4,4	0,0
302*	200	199,0	Каша молочная геркулесовая	6,2	7,6	26,5
54-21гн	200	106,8	Какао с молоком	4,3	4,4	12,5
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
	<b>565</b>	<b>524,1</b>		<b>16,6</b>	<b>17,3</b>	<b>75,6</b>

**Вторник**

54-2о	180	195,0	Омлет с зеленым горошком	11,4	13,5	7,0
54-3гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
441*	45	139,1	Выпечное изделие	4,3	3,6	22,5
	30	72,0	Хлеб ржаной, пшеничный	1,5	0,5	15,3
	100	80,8	Фрукт (банан)	0,4	0,0	19,8
	<b>555</b>	<b>513,7</b>		<b>17,8</b>	<b>17,6</b>	<b>71,1</b>

**Среда**

54-19з	10	74,8	Масло сливочное	0,1	8,2	0,1
54-5м	50	87,7	Котлета из курицы	9,5	2,5	6,8
54-11г	150	139,4	Картофельное пюре	3,2	5,2	19,8
54-3гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	50	121,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,6	0,8	25,8
	100	39,6	Фрукт (апельсин)	0,1	0,0	9,8
	<b>560</b>	<b>489,3</b>		<b>15,7</b>	<b>16,7</b>	<b>68,8</b>

**Четверг**

54-1г	150	292,0	Запеканка из творога с молочным соусом	16,7	15,0	22,5
54-2гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	25	109,7	Кондитерское изделие (печенье, вафли)	1,0	2,5	20,8
	25	60,0	Хлеб ржаной, пшеничный	1,2	0,4	12,9
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
	<b>500</b>	<b>533,0</b>		<b>19,2</b>	<b>18,0</b>	<b>73,5</b>

**Пятница**

54-19з	10	75,0	Масло сливочное	0,1	8,2	0,1
54-21р	50	58,0	Котлета рыбная	7,1	1,4	4,2
54-10г	150	169,0	Картофель отварной в молоке	4,5	5,0	26,5
54-4гн	180	68,0	Чай с молоком и сахаром	2,5	2,3	9,5
	40	96,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,0	0,7	20,5
	100	80,8	Фрукт (банан)	0,4	0,0	19,8
	<b>530</b>	<b>546,8</b>		<b>16,6</b>	<b>17,6</b>	<b>80,6</b>

№ рецептуры	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

## 2 неделя

### Понедельник

54-1з	15	53,8	Сыр в нарезке	3,5	4,4	0,0
54-25к	200	206,0	Каша молочная пшеничная	6,1	7,8	27,7
54-23гн	200	91,2	Кофейный напиток с молоком	3,8	3,5	11,2
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	39,6	Фрукт (апельсин)	0,1	0,0	9,8
	<b>565</b>	<b>510,6</b>		<b>16,0</b>	<b>16,5</b>	<b>74,5</b>

### Вторник

54-2о	180	195,0	Омлет с зеленым горошком	11,4	13,5	7,0
54-3гн	200	41,0	Чай с сахаром, лимоном	0,2	0,0	10,0
441*	45	139,1	Выпечное изделие	4,3	3,6	22,5
	35	84,0	Хлеб ржаной, пшеничный	1,7	0,6	18,0
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
	<b>560</b>	<b>503,6</b>		<b>17,7</b>	<b>17,8</b>	<b>68,3</b>

### Среда

54-9м	160	260,4	Жаркое по-домашнему	16,0	15,2	15,8
54-3гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	80,8	Фрукт (банан)	0,4	0,0	19,8
	<b>510</b>	<b>488,0</b>		<b>19,1</b>	<b>16,0</b>	<b>68,0</b>

### Четверг

54-1т	150	292,0	Запеканка из творога с молочным соусом	16,7	15,0	22,5
54-2гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	25	109,7	Кондитерское изделие (печенье, вафли)	1,0	2,5	20,8
	25	60,0	Хлеб ржаной, пшеничный	1,2	0,4	12,9
	100	39,6	Фрукт (апельсин)	0,1	0,0	9,8
	<b>500</b>	<b>528,1</b>		<b>19,2</b>	<b>17,9</b>	<b>72,5</b>

### Пятница

54-3г	160	254,7	Макаронные отварные с сыром	9,8	11,5	28,0
54-23гн	200	91,2	Кофейный напиток с молоком	3,8	3,5	11,2
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
	<b>510</b>	<b>510,4</b>		<b>16,2</b>	<b>15,9</b>	<b>75,8</b>

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва-2004 \*

Зав. производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_