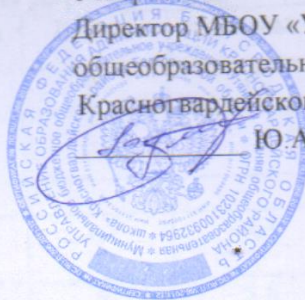


Утверждаю:

Директор МБОУ «Утянская средняя
общеобразовательная школа»

Красногвардейского района Белгородской области

Ю.А.Бурминов



**МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
1-11 КЛАССОВ
МБОУ «УТЯНСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
на 2021-2022 учебный год
осенне-зимний период**

№ рецептуры (7-11л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		Г.	Г.	Г.	Г.	Г.
	понедельник, 1неделя					
	Завтрак					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-16к-2020	Каша «Дружба»	200	5	5,8	24,1	168,9
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за завтрак	465	16,7	14,3	72,5	427,4
	Дополнительное питание					
	Мед	10	0,1	0	7,3	29,5
	Молоко ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Итого завтрак+доп. питание	675	22,2	18,7	88,6	553,3
	Вторник, 1неделя					
	Завтрак					
54-1г-2020	Макаронны отварные	200	7,2	6,5	43,7	262,4
54-5м-2020	Котлета из курицы	100	19,2	4,3	13,5	168,5
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за завтрак	550	30,3	11,3	85,4	563,2
	Дополнительное питание					
	Мед	10	0,1	0	7,3	29,5
	Молоко ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Итого завтрак+доп. питание	760	35,8	15,7	101,5	689,1
	Среда, 1неделя					
	Завтрак					
54-1т-2020	Запеканка из творога	200	39,3	14,3	29,7	405,6
Пром.	Повидлю	20	0,1	0	14,4	57,9
378	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,50
Пром.	Хлебобулочное изделие	50	3,8	0,5	24,7	117,2
	Итого за завтрак	470	46,37	17,48	84,75	680,3
	Дополнительное питание					
	Мед	10	0,1	0	7,3	29,5

	Молоко ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Итого завтрак+доп. питание	680	51,87	21,88	100,85	806,2
	четверг, 1неделя					
	Завтрак					
54-1г-2020	Макаронны отварные	200	7,2	6,5	43,7	262,4
54-5м-2020	Котлета из курицы	100	19,2	4,3	13,5	168,5
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за завтрак	550	30,3	11,3	87,4	563,2
	Дополнительное питание					
	Мед	10	0,1	0	7,3	29,5
	Молоко ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Итого завтрак+доп. питание	760	35,8	15,7	103,5	689,1
	пятница, 1неделя					
	Завтрак					
54-10к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	10,2	37,6	274,9
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Пром.	Фрукты (в ассортименте)	100-120	1,1	0,2	18,4	79,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за завтрак	550	17,6	14,5	90,1	559,3
	Дополнительное питание					
	Мед	10	0,1	0	7,3	29,5
	Молоко ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Итого завтрак+доп. питание	760	23,1	18,9	106,2	685,2
	понедельник, 2неделя					
	Завтрак					
54-10к-2020	Каша вязкая молочная рисовая с изюмом	200	8,4	10,8	38,4	283,9
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
Пром.	Фрукты (в ассортименте)	100-120	1,1	0,2	18,4	79,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за завтрак	550	13,4	11,5	85,0	495,8
	Дополнительное					

	питание					
	Мед	10	0,1	0	7,3	29,5
	Молоко ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Итого завтрак+доп. питание	760	18,9	15,9	101,1	621,7
	вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-3г-2020	Макаронны отварные с сыром	200	10,5	9,1	38,1	276,9
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за завтрак	450	18,7	13,2	72,2	481,7
	Дополнительное питание					
	Мед	10	0,1	0	7,3	29,5
	Молоко ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Итого завтрак+доп. питание	660	24,2	17,6	88,3	607,6
	среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-16к-2020	Каша «Дружба»	200	5	5,8	24,1	168,9
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Фрукты в ассортименте	100-120	1,1	0,2	18,4	79,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за завтрак	565	13,4	10,9	70,5	433,4
	Дополнительное питание					
	Мед	10	0,1	0	7,3	29,5
	Молоко ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Итого завтрак+доп. питание	775	18,9	15,3	86,6	559,3
	четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1г-2020	Макаронны отварные	200	7,2	6,5	43,7	262,4
268ГОСТ	Крокеты «Детские» запеченные	100	13,46	10,86	5,34	172,9
54-2гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
Пром.	Фрукты в ассортименте	100-120	1,1	0,2	18,4	79,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1

	Итого за завтрак	650	25,66	18,06	95,64	649,9
	Дополнительное питание					
	Мед	10	0,1	0	7,3	29,5
	Молоко ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Итого завтрак+доп. питание	860	31,16	22,46	111,74	783,9
	пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1т-2020	Запеканка из творога	200	39,3	14,3	29,7	405,6
Пром. 378	Повидло	20	0,1	0	14,4	57,9
Пром. 378	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,50
Пром. 378	Хлебобулочное изделие	50	3,8	0,5	24,7	117,2
	Итого за завтрак	470	46,37	17,48	84,75	680,3
	Дополнительное питание					
	Мед	10	0,1	0	7,3	29,5
	Молоко ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Итого завтрак+доп. питание	680	51,87	21,88	100,85	806,2