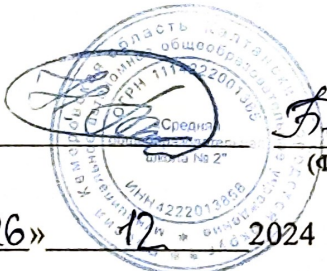
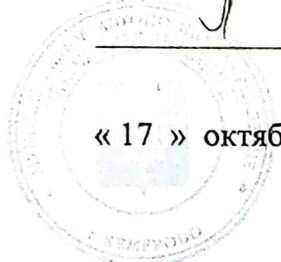


СОГЛАСОВАНО:


Бимоногова ИА
(Ф.И.О.)
«26» 12 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ «Школьное питание»


А.Ю. Панькова
«17» октября 2024 г.

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

Разработано:

Главный технолог
МАУ «Школьное питание»

С.Ю. Хохлова
С.Ю. Хохлова

*Разработано по заказу министерства образования и науки Кузбасса
Октябрь 2024г.*

Разработано по заказу
Муниципального образования
Калининского района

**Примерное 20-дневное меню
школьных завтраков для обучающихся 1-4 классов
январь 2024 г. - май 2025 г.**

I НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ э.п. цен. (ккал)	II НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ э.п. цен. (ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	
Курица запеченная	90	2,41/15,3/0,54/229,77	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
Каша гречневая вязкая с маслом	150 /5	4,35/3,9/20,4/134,25	Курица запеченная с соусом и зеленью	90	24,03/19,83/1,61/279,17
Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	1,7/4,42/0,85/49,98	Рис отварной с маслом	150	3,3/4,95/32,25/186,45
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/25	1,4/0,14/8,8/48 1,42/0,27/9,3/45,32	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48 1,14/0,22/7,44/36,26
Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200	0/0/19,2/76,8	Кисель витаминизированный плодово-яг	200	0/0/20,2/81,4
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Каша рисовая молочная с маслом	200/5	6,31/7,15/31,59/215,25	Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	7,17/7,38/35,05/234,72
Блинчики со сгущенным молоком	80/20	4,44/6,31/41,44/248,45	Сыр порциями	15	3,48/4,43/0/54,6
Батон пшеничный/хлеб ржаной	20/20	1,44/0,13/9,83/50,44/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Батон пшеничный/хлеб ржаной	25/20	1,8/0,68/12,28/63,05 1,14/0,22/7,44/36,26
Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8	Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8
			Молочный десерт	200	5,4/5/20,6/150
СРЕДА			СРЕДА		
Икра кабачковая	60	1,2/5,4/5,16/73,2	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	1,7/4,42/0,85/49,98
Котлета мясная (Домашняя)	90	17,24/14,97/7,9/235,78	Рыба тушеная с овощами	90	12,42/2,88/4,59/93,51
Картофельное пюре с маслом	150 /5	3,3/7,8/22,35/173,1	Картофель запеченный с зеленью	150	3,3/3,9/25,6/151,35
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48 1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	35/25	2,66/0,28/17,22/82,25 1,42/0,27/9,3/45,32
Компот из сухофруктов	200	0,37/0/14,85/59,48	Компот фруктово-ягодный	200	0,15/0,04/12,83/52,45
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Оладьи с повидлом 2 шт.	50/10	2,67/9,57/17,81/168,61	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	130/20	7,79/11,89/26,65/244,56	Омлет с сыром	150	18,75/19,5/2,7/261,45
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48 1,14/0,22/7,44/36,26	Батон пшеничный/хлеб ржаной	30/20	2,16/0,81/14,73/75,66 1,14/0,22/7,44/36,26
Фруктовый десерт	250	1,5/0/31,25/131	Кофейный напиток с молоком	200	6,28/4,75/19,59/130,79
Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8			
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Молочный десерт	200	5,4/5/20,6/150	Салат из капусты с морковью	60	0,8/5,0/7,56/79,6
Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	14,85/13,32/5,94/202,68	Гуляш	90	18,13/17,05/3,69/240,96
Спагетти отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,65	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	7,2/5,1/33,9/210,3
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48 1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48 1,14/0,22/7,44/36,26
Сок фруктовый	200	0,8/0,2/23,2/94,4	Сок фруктовый	200	0,8/0,2/23,2/94,4

Муниципальное бюджетное учреждение
«Медицинский центр «Семейное благо»
Кировская область

**Примерное 20-дневное меню
школьных завтраков для обучающихся 1-4 классов
январь 2024 г. - май 2025 г.**

III НЕДЕЛЯ			IV НЕДЕЛЯ		
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ эп. цен. (ккал)	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ эп. цен. (ккал)
Сыр порциями	15	3,48/4,43/0/54,6	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	1,7/4,42/0,85/49,98
Филе птицы тушеное с овощным чатни	90	13,94/16,18/5,21/224,21	Бефстроганов	90	18,49/18,54/3,59/256
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,35/3,9/20,4/134,25	Рис отварной с маслом	150	3,3/4,95/32,25/186,45
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	25/20	1,78/0,18/11,05/60 1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	25/20	1,78/0,18/11,05/60 1,14/0,22/7,44/36,26
Компот из сухофруктов	200	0,37/0/14,85/59,48	Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0/0/20/80,40
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Каша рисовая молочная с маслом	200/5	6,31/7,15/31,59/215,25	Каша овсяная молочная с маслом	200/5	7,79/11,89/26,65/244,56
Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	1,7/4,42/0,85/49,98	Оладьи с джемом (2 шт.)	50/10	2,67/9,57/17,81/168,61
Батон пшеничный/хлеб ржаной	25/20	1,8/0,68/12,28/63,05 1,14/0,22/7,44/36,26	Батон пшеничный/хлеб ржаной	20/20	1,44/0,13/9,83/50,44 1,14/0,22/7,44/36,26
Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8	Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8
СРЕДА			СРЕДА		
Кукуруза консервированная	60	1,24/0,21/6,11/31,32	Молочный десерт	200	5,4/5/20,6/150
Биточек мясной "Пионерский"	90	17,25/14,98/7,87/235,78	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
Картофельное пюре с маслом	150/5	3,3/7,8/22,35/173,1	Рыба запеченная с сыром	90	19,26/3,42/3,15/120,87
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48 1,14/0,22/7,44/36,26	Картофельное пюре с маслом	150/5	3,3/7,8/22,35/173,1
Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200	0/0/14,4/58,4	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	30/20	2,13/0,21/13,26/72 1,14/0,22/7,44/36,26
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69	Компот фруктово-ягодный	200	0,23/0,11/12,95/54,16
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	25,71/11,96/32,3/342,12	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
Батон пшеничный/хлеб ржаной	30/20	2,16/0,81/14,73/75,66 1,14/0,22/7,44/36,26	Омлет натуральный	150	15,6/16,35/2,7/220,2
Горячий шоколад	200	3,2/3,2/14,6/100,8	Батон пшеничный	35/30	2,63/1,01/17,43/91,7
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2/0/11/45,6
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8,78/8,33/32,87/241,61	Икра свекольная	60	0,8/5,0/7,56/79,6
Батон пшеничный/хлеб ржаной	35/40	2,63/1,01/17,43/91,7 2,64/0,48/16,08/79,2	Гуляш	90	18,13/17,05/3,69/240,96
Чай с сахаром и лимоном	200	0,2/0/11/45,6	Спагетти отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,65
			Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	30/40	2,13/0,21/13,26/72 2,64/0,48/16,08/79,2
			Сок фруктовый	200	0,8/0,2/23,2/94,4