

Утверждаю

Согласовано



директор

ИП Бакулина Т.С.

Бакулина Т.С./

**Цикличное меню горячих завтраков
для обучающихся 5-х–11-х классов на 2024 год (дотация)**

Рацион: ! 10 РУБЛЕЙ КАЛАЧИНСК Неделя:1 День:понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 100	100	2,05	3,55	13,2	92,9	54-11г
Итого за Завтрак		300	2,25	3,55	19,7	119,7	
Итого за день		300	2,25	3,55	19,7	119,7	

(лист 2)

Рацион: ! 10 РУБЛЕЙ КАЛАЧИНСК Неделя:1 День:вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 100	100	3,53	3,27	21,87	131,2	54-1г
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн
Итого за Завтрак		300	3,73	3,27	28,37	158	
Итого за день		300	3,73	3,27	28,37	158	

(лист 3)

Рацион: ! 10 РУБЛЕЙ КАЛАЧИНСК Неделя:1 День:среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 100	100	5,47	4,2	23,93	155,8	54-4г
Итого за Завтрак		300	5,67	4,2	30,43	182,6	
Итого за день		300	5,67	4,2	30,43	182,6	

(лист 4)

Рацион: ! 10 РУБЛЕЙ КАЛАЧИНСК Неделя:1 День:четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 100	100	2,05	3,55	13,2	92,9	54-11г
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн
Итого за Завтрак		300	2,25	3,55	19,7	119,7	
Итого за день		300	2,25	3,55	19,7	119,7	

(лист 5)

Рацион: ! 10 РУБЛЕЙ КАЛАЧИНСК Неделя:1 День:пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 100	100	3,53	3,27	21,87	131,2	54-1г
Итого за Завтрак		300	3,73	3,27	28,37	158	
Итого за день		300	3,73	3,27	28,37	158	

(лист 6)

Рацион: ! 10 РУБЛЕЙ КАЛАЧИНСК Неделя:2 День:понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							

КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 100	100	5,47	4,2	23,93	155,8	54-4г
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн
Итого за Завтрак	300	5,67	4,2	30,43	182,6	
Итого за день	300	5,67	4,2	30,43	182,6	

(лист 7)

Рацион: ! 10 РУБЛЕЙ КАЛАЧИНСК

Неделя:2

День:вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн
	РИС ОТВАРНОЙ 100	100	2,4	3,2	24,3	135,7	54-6г
Итого за Завтрак		300	2,6	3,2	30,8	162,5	
Итого за день		300	2,6	3,2	30,8	162,5	

(лист 8)

Рацион: ! 10 РУБЛЕЙ КАЛАЧИНСК

Неделя:2

День:среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ГОРОШНИЦА 100	100	9,65	0,85	22,55	136,55	54-21г
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн
Итого за Завтрак		300	9,85	0,85	29,05	163,35	
Итого за день		300	9,85	0,85	29,05	163,35	

(лист 9)

Рацион: ! 10 РУБЛЕЙ КАЛАЧИНСК

Неделя:2

День:четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 100	100	5,47	4,2	23,93	155,8	54-4г
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн
Итого за Завтрак		300	5,67	4,2	30,43	182,6	
Итого за день		300	5,67	4,2	30,43	182,6	

(лист 10)

Рацион: ! 10 РУБЛЕЙ КАЛАЧИНСК

Неделя:2

День:пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,5	26,8	54-2гн
	РИС ОТВАРНОЙ 100	100	2,4	3,2	24,3	135,7	54-6г
Итого за Завтрак		300	2,6	3,2	30,8	162,5	
Итого за день		300	2,6	3,2	30,8	162,5	
Итого за период		3 000	44,02	33,49	278,08	1591,55	
Среднее значение за период			4,4	3,3	27,8	159,2	

Составил _____ <Не указан>

Утвердил _____