

Утверждаю:

ИП Бибко Г.И.
(должность)



Бибко Г.И./
(ФИО)

Согласовано:

Директор МБОУ Лицей г. Азова
(должность)



/Деревяшко Л.В./
(ФИО)

Примерное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся: из малообеспеченных семей с 12 лет и старше (5-11 классов) на осенне-зимний период в МБОУ Лицей г.Азова

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	250	10,500	17,580	34,000	312,000	54-25.1к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб бородинский	40	2,640	0,480	15,920	80,400	пром.
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,260	0,050	15,220	59,000	54-23гн/2022
Итого:		550	18,140	18,710	94,120	593,400	
День 2							
завтрак	Макароны отварные с сыром	250	8,500	13,980	34,000	312,000	54-3г/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб бородинский	40	2,640	0,480	15,920	80,400	пром.
	Какао с молоком	200	3,800	3,200	12,600	100,400	54-21гн/2022
Итого:		550	19,680	18,260	91,500	634,800	
День 3							
завтрак	Каша вязкая молочная ячневая	250	10,750	17,320	33,750	337,500	54-21к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб бородинский	40	2,640	0,480	15,920	80,400	пром.
	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,000	56,000	54-2гн/2022
Итого:		550	18,330	18,450	93,650	615,900	
День 4							
завтрак	Каша вязкая молочная кукурузная	250	11,200	12,850	44,000	378,000	54-2к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб бородинский	40	2,640	0,480	15,920	80,400	пром.

	Чай с сахаром и лимоном	200	0,260	0,050	15,220	59,000	54-23гн/2022
Итого:		550	18,840	13,980	104,120	659,400	
День 5							
завтрак	Каша вязкая молочная овсяная	250	8,750	13,600	27,000	238,000	54-9к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб бородинский	40	2,640	0,480	15,920	80,400	пром.
	Кофейный напиток	200	2,100	3,800	22,310	105,000	54-23гн/2022
Итого:		550	18,230	18,480	94,210	565,400	
День 6							
завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	250	10,500	17,580	34,000	312,000	54-25.1к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб бородинский	40	2,640	0,480	15,920	80,400	пром.
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,260	0,050	15,220	59,000	54-23гн/2022
Итого:		550	18,140	18,710	94,120	593,400	
День 7							
завтрак	Макаронны отварные с сыром	250	8,500	13,980	34,000	312,000	54-3г/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб бородинский	40	2,640	0,480	15,920	80,400	пром.
	Какао с молоком	200	3,800	3,200	12,600	100,400	54-21гн/2022
Итого:		550	19,680	18,260	91,500	634,800	
День 8							
завтрак	Каша жидкая молочная гречневая	250	10,550	17,300	35,000	314,000	54-20к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб бородинский	40	2,640	0,480	15,920	80,400	пром.
	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,000	56,000	54-2гн/2022
Итого:		550	18,130	18,430	94,900	592,400	
День 9							
завтрак	Каша вязкая молочная кукурузная	250	11,200	12,850	44,000	378,000	54-2к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб бородинский	40	2,640	0,480	15,920	80,400	пром.
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,260	0,050	15,220	59,000	54-23гн/2022
Итого:		550	18,840	13,980	104,120	659,400	
День 10							

завтрак	Каша вязкая молочная овсяная	250	8,750	13,600	27,000	238,000	54-9к/2022
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	142,000	пром.
	Хлеб бородинский	40	2,640	0,480	15,920	80,400	пром.
	Кофейный напиток	200	2,100	3,800	22,310	105,000	54-23гн/2022
Итого:		550	18,230	18,480	94,210	565,400	
Итого за 10 дней:			186,240	175,740	956,450	6114,300	
Среднее значение за период:			18,624	17,574	95,645	611,430	