

КШИ.ИП Ковалев И.Н.

Согласовано

Директор школы №



МЕНЮ

Завтрак 12,60

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины		
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	B1,мг	C,мг

Завтрак 12,60 1 день

47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	4,68	29,26	185,88	76,56	9,84	73,83	0,68	18,45	0,04	0,02
-	Хлеб пшеничный	20,8	1,38	0,14	9,76	46,57	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 2)	180	0,07	0,02	4,45	17,30	0,13	0	0	0,01	0	0	0
Итого за 'Завтрак 12,60'			8,12	4,83	43,47	249,75	76,69	9,84	73,83	0,69	18,45	0,04	0,02

Завтрак 12,60 2 день

9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	150	3,89	4,75	30,33	178,91	71,7	23,31	94,69	0,41	26,25	0,04	0,29
-	Хлеб пшеничный	43,8	2,90	0,29	20,54	98,07	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22	0,15	0	0	0,01	0	0	0
Итого за 'Завтрак 12,60'			6,87	5,06	55,82	296,20	71,84	23,31	94,69	0,43	26,25	0,04	0,29

Завтрак 12,60 3 день

4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	160	2,39	4,83	6,85	78,50	98,84	11,71	68,24	0,15	19,2	0,03	2,14
-	Хлеб пшеничный	31,8	2,10	0,21	14,91	71,20	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22	0,15	0	0	0,01	0	0	0
Итого за 'Завтрак 12,60'			4,57	5,06	26,71	168,92	98,99	11,71	68,24	0,16	19,2	0,03	2,14

Завтрак 12,60 4 день

17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	100	2,50	3,26	13,21	91,41	57,9	13,54	61,85	0,26	12,12	0,04	0,27
-	Батон	30,7	2,36	0,92	16,36	82,74	6,75	10,13	26,1	0,61	0	0,05	0
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,02	5,06	20,53	2,03	0,56	1	0,04	0	0	0,78
Итого за 'Завтрак 12,60'			4,98	4,20	34,63	194,69	66,69	24,23	88,94	0,92	12,12	0,09	1,05

Завтрак 12,60 5 день

5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	180	4,78	4,58	26,52	165,01	84,31	13,42	79,08	0,35	17,28	0,05	0,37
-	Хлеб пшеничный	39,8	2,63	0,26	18,67	89,11	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22	0,15	0	0	0,01	0	0	0
Итого за 'Завтрак 12,60'			7,49	4,86	50,14	273,34	84,46	13,42	79,08	0,36	17,28	0,05	0,37

Завтрак 12,60 6 день

20/4	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	150	3,46	4,89	14,21	112,84	94,4	18,86	87,01	0,4	18,18	0,06	1,61
-	Хлеб пшеничный	37,1	2,45	0,24	17,40	83,07	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22	0,15	0	0	0,01	0	0	0
Итого за 'Завтрак 12,60'			5,99	5,16	36,56	215,12	94,55	18,86	87,01	0,41	18,18	0,06	1,61

Завтрак 12,60 7 день

47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	4,68	29,26	185,88	76,56	9,84	73,83	0,68	18,45	0,04	0,02
-	Хлеб пшеничный	37,1	2,45	0,24	17,40	83,07	0	0	0	0	0	0	0
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,02	5,06	20,53	2,03	0,56	1	0,04	0	0	0,78
Итого за 'Завтрак 12,60'			4,68	0,81	34,54	163,06	2,03	0,56	1	0,04	0	0	0,78

Завтрак 12,60 8 день

5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	3,98	3,81	22,10	137,51	70,26	11,18	65,9	0,29	14,4	0,04	0,31
-	Батон	41,5	3,20	1,25	22,12	111,85	9,13	13,7	35,28	0,83	0	0,07	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22	0,15	0	0	0,01	0	0	0
Итого за 'Завтрак 12,60'			7,26	5,08	49,17	268,58	79,54	24,88	101,18	1,14	14,4	0,11	0,31

Завтрак 12,60 9 день

	Каша молочная овсяная с маслом сливочным	57,5	4,56	0,78	29,48	142,53	0	0	0	0	0	0	0
	Батон	41,5	3,20	1,25	22,12	111,85	9,13	13,7	35,28	0,83	0	0,07	0
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,02	5,06	20,53	2,03	0,56	1	0,04	0	0	0,78
Итого за 'Завтрак 12,60'			4,68	0,81	34,54	163,06	2,03	0,56	1	0,04	0	0	0,78

Завтрак 12,60 10 день

4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	2,24	4,53	6,42	73,60	92,66	10,98	63,98	0,14	18	0,03	2,01
-----	---	-----	------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	----	------	------

	Батон	24,1	1,86	0,72	12,85	64,95	5,3	7,95	20,49	0,48	0	0,04	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22	0,15	0	0	0,01	0	0	0
	Итого за 'Завтрак 12,60'		4,18	5,27	24,21	157,77	98,11	18,93	84,46	0,64	18	0,06	2,01
	Итого за период		58,82	41,14	389,79	2150,49	674,93	146,3	679,43	4,83	143,88	0,48	9,36