

Утверждаю:



Директор МБОУ
Васильсурская средняя школа
Д.Г.Толобов
« » 2021 год

**Примерное 12-дневное меню (завтрак и обед) на зимне-весенний период для
МБОУ Васильсурская средняя школа
на 2021 – 2022 учебный год
возрастная группа(7-11 лет)**

№ п/п	Наименование блюда в соответствии со сборником рецептов	Масса порции (граммы)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 день							
Завтрак							
1	Каша пшеничная, молочная	200/10/10	8,53	11,82	49,87	342,33	Сб.рец.1983/ 411/3
2	Сыр порционный	20	4,6	5,8	0	72	Сб.рец.1983/42/3
3	Кофейный напиток на молоке	200	1,81	1,69	24,46	115,36	Сб.рец.1983/1024/3
4	Хлеб пшеничный	35	2,7	1,5	17,43	91,7	по калькуляции
5	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	Сб.рец.1983/41/3
	Итого завтрак		17,72	28,06	91,89	687,49	
Обед							
1	Щи с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,7	4,77	13,47	109,08	Сб.рец.1983/216/3
2	Хлеб пшеничный	35	2,7	1,5	17,43	91,7	по калькуляции
3	Хлеб ржаной	32	4,29	0,8	22,2	118	по калькуляции
4	Пряники	20	1,18	0,94	15	73,2	по калькуляции