



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ "СШ №9 с УИОП"
"_____" _____ 2024г.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "Азбука питания"
"_____" _____ 2024г.
по доверенности №19-2024 от 01.01.2024г.

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Двухнедельное меню горячего питания (завтрак) для обучающихся 5 - 11 классов на весенний период 2024г. стоимостью 50,21 руб. (субсидия)

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 1

День: понедельник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|---|------------|------------------|----------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 200 | 5,8 | 9 | 31,8 | 240 | 883 |
| | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | | | |
| | Итого за Завтрак | 400 | 5,9 | 9 | 14,97 | 59,9 | 971 |
| Итого за день | | 400 | 5,9 | 9 | 46,77 | 299,9 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 1

День: вторник

(лист 2)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|----------------------------|------------|------------------|----------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Печенье детское (конд изд) | 56 | 4,2 | 5 | 41,66 | 227,9 | 1 141 |
| | Чай с сахаром | 200 | | | 15,97 | 63,8 | 1 188 |
| | Итого за Завтрак | 256 | 4,2 | 5 | 57,63 | 291,7 | |
| Итого за день | | 256 | 4,2 | 5 | 57,63 | 291,7 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 1

День: среда

(лист 3)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|-------------------------|------------|------------------|-----------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 | 483 |
| | Булочка дорожная. | 100 | 7,35 | 18 | 57,59 | 314,8 | 770 |
| | Итого за Завтрак | 300 | 7,44 | 18 | 77,85 | 394,6 | |
| Итого за день | | 300 | 7,44 | 18 | 77,85 | 394,6 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 1

День: четверг

(лист 4)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|----------------------------|------------|------------------|----------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Ватрушка с повидлом | 80 | 5,03 | 5 | 53,28 | 277,6 | 938 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,84 | 4 | 14,38 | 152 | 1 110 |
| | Итого за Завтрак | 280 | 8,87 | 9 | 67,66 | 429,6 | |
| Итого за день | | 280 | 8,87 | 9 | 67,66 | 429,6 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 1

День: пятница

(лист 5)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|-------------------------|------------|------------------|----------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Булочка "Веснушка" | 70 | 6,01 | 5 | 41,32 | 229,6 | 934 |
| | Чай с сахаром | 200 | | | 15,97 | 63,8 | 1 188 |
| | Итого за Завтрак | 270 | 6,01 | 5 | 57,29 | 293,4 | |
| Итого за день | | 270 | 6,01 | 5 | 57,29 | 293,4 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 1

День: суббота

(лист 6)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|-------------------------|------------|------------------|----------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Какао с молоком | 200 | 3,87 | 4 | 20,08 | 190 | 919 |
| | Бутерброд с сыром | 40 | 4,48 | 3 | 16,44 | 112 | 810 |
| | Итого за Завтрак | 240 | 8,35 | 7 | 36,52 | 302 | |
| Итого за день | | 240 | 8,35 | 7 | 36,52 | 302 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 2

День: понедельник

(лист 7)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 200 | 4,34 | 5 | 38,3 | 214,6 | 848 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 | 483 |
| | Итого за Завтрак | 400 | 4,43 | 5 | 58,56 | 294,4 | |
| Итого за день | | 400 | 4,43 | 5 | 58,56 | 294,4 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 2

День: вторник

(лист 8)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|-------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Какао с молоком | 200 | 3,87 | 4 | 20,08 | 190 | 919 |
| | Бутерброд с сыром | 40 | 4,48 | 3 | 16,44 | 112 | 810 |
| | Итого за Завтрак | 240 | 8,35 | 7 | 36,52 | 302 | |
| Итого за день | | 240 | 8,35 | 7 | 36,52 | 302 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 2

День: среда

(лист 9)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|----------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Булочка с маковой начинкой | 80 | 5,14 | 2 | 45,81 | 216,2 | 1 462,02 |
| | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 14,97 | 59,9 | 971 |
| | Итого за Завтрак | 280 | 5,24 | 2 | 60,78 | 276,1 | |
| Итого за день | | 280 | 5,24 | 2 | 60,78 | 276,1 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 2

День: четверг

(лист 10)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|-------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Сырная палочка | 60 | 8,12 | 7 | 32,7 | 208,5 | 1 444 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,36 | 2 | 17,18 | 88,1 | 854 |
| | Итого за Завтрак | 260 | 9,48 | 9 | 49,88 | 296,6 | |
| Итого за день | | 260 | 9,48 | 9 | 49,88 | 296,6 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 2

День: пятница

(лист 11)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|-------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Булочка российская * | 100 | 7,54 | 9 | 61,42 | 248,1 | 775 |
| | Чай с сахаром | 200 | | | 15,97 | 63,8 | 1 188 |
| | Итого за Завтрак | 300 | 7,54 | 9 | 77,39 | 311,9 | |
| Итого за день | | 300 | 7,54 | 9 | 77,39 | 311,9 | |

Рацион: Субсидия завтрак 5-11кл с 21.02.2024г.

Неделя: 2

День: суббота

(лист 12)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-----------------------------------|----------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,84 | 4 | 14,38 | 152 | 1 110 |
| | Ватрушка с повидлом | 60 | 3,77 | 4 | 39,96 | 208,2 | 938 |
| | Итого за Завтрак | 260 | 7,61 | 8 | 54,34 | 360,2 | |
| Итого за день | | 260 | 7,61 | 8 | 54,34 | 360,2 | |
| Итого за период | | 3 486 | 83,42 | 93 | 681,19 | 3852,4 | |
| Среднее значение за период | | 249 | 6 | 6,6 | 48,7 | 275,2 | |

Составил *Селезнева* Селезнева Ольга Александровна