Согласовано:
Директор
_____.
Дата:_____г.

Утверждаю:
ИП Биаметов Ф.Ф
_____(Биаметов Ф.Ф)
Дата:_____г.

Двенадцатидневное меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

						День 1(Понедельник)	
	№ по СР	**Наименование блюда**	**Выход (гр)**	**Пищевая ценность**			
				Ккал	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**
Завтрак	15	сыр порциями	15	54	3,45	3,59	0
	173	Каша молоч.пшенная с маслом	205(200/5)	290	8,4	9,5	42,3
	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69
	пр	Хлеб пшеничный	50	98	1,52	0,16	9,72
		Итого	**470**	**588,3**	**16,49**	**15,76**	**76,71**
Обед	43	**Салат из белокочанной капусты**	100	85,2	1,46	5,03	8,9
	102	Суп картофельный с горохом кб	200	153	10,53	5,19	15,6
	269	Котлеты рубленые с соусом (томат соус)	120(70/50)	242,11	11,68	14,64	16,67
	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	59,16	0,16	0,03	15,2
	пр	Хлеб ржаной	40	98	3,12	0,36	0
		Итого	**860**	**899,96**	**34,12**	**31,49**	**99,56**
						День 2 (Вторник)	
	№ по СР	**Наименование блюда**	**Выход (гр)**	**Пищевая ценность**			
				Ккал	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**
Завтрак	173	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	210(200/10)	280,9	7,63	13,34	32,51
	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81