

Согласно:
 Директор МБОУ "Новоселовская СОШ"
 И.Г.Токарева
 "05" 11 2024 г.

Утверждаю
 ИП Сомыряева Д.И.
 "05" 11 2024 г.

Цикличное 10-ти дневное меню на 72,53 рублей для обучающихся в дошкольной группе в МБОУ
 "Новоселовская СОШ"

(Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред.
 М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.-М.: Дели плюс 2017г.)

№ рецептуры	Принем пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость порции
			Б	Ж	У		
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ							
1 день							
ЗАВТРАК							
182	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	210	5,1	10,72	33,42	251	30
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4
14	Масло поршнями	10	0,08	7,25	0,13	66	9
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	2
	ИТОГО:	450	7,62	18,29	63,04	447,14	45
2 день							
ЗАВТРАК							
203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,46	5,78	30,46	195,7	10
290	Бройлер цыпленка, тушеный в соусе сметанном с томатом	120	14,33	12,14	4,21	183,6	65,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	2
	ИТОГО:	500	22,23	18,24	64,16	509,44	81
3 день							
ЗАВТРАК							
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	137,25	22
294	Котлета рубленая из птицы	90	12,24	23,52	12,37	310,4	60,00
331	Соус сметанный с томатом	30	0,54	1,5	0,21	24,03	3
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	2
	ИТОГО:	500	18,28	30,14	62,5	601,82	91
4 день							
ЗАВТРАК							
182	Каша пшеница жидкая молочная с маслом	210	7,51	11,72	37,05	285	30
3	Бутерброд с джемом или повидлом	55	2,4	3,87	27,83	156	22
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4
	Хлеб	40	3,16	0,4	19,32	93,52	2
	ИТОГО:	505	13,14	16,01	99,2	594,52	58
5 день							
ЗАВТРАК							
291	Плов из бройлер цыпленка	200	20,01	9,94	40,5	331,8	70
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	2
	ИТОГО:	430	22,45	10,26	69,99	461,94	76
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ							
6 день							
ЗАВТРАК							
182	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	210	5,1	10,72	33,42	251	30
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4
14	Масло поршнями	10	0,08	7,25	0,13	66	9
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	2
	ИТОГО:	450	7,62	18,29	63,04	447,14	45
7 день							
ЗАВТРАК							
203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,46	5,78	30,46	195,7	10
294	Котлета рубленая из птицы	90	12,24	23,52	12,37	310,4	60,00
331	Соус сметанный с томатом	30	0,54	1,5	0,21	24,03	3
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	2
	ИТОГО:	500	20,68	31,12	72,53	660,27	79
8 день							
ЗАВТРАК							
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	137,25	22
279/331	Тефтели 2 в-т, соус сметанный с томатом	90/30	9,52	10,55	12,01	180,7	66,3
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	2
	ИТОГО:	520	15,02	15,67	61,93	448,09	94,3
9 день							
ЗАВТРАК							
182	Каша пшеница жидкая молочная с маслом	210	7,51	11,72	37,05	285	30
3	Бутерброд с джемом или повидлом	55	2,4	3,87	27,83	156	22
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4
	Хлеб	40	3,16	0,4	19,32	93,52	2
	ИТОГО:	505	13,14	16,01	99,2	594,52	58
10 день							
ЗАВТРАК							
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,093	38,64	243,75	21
294	Котлета рубленая из птицы	90	12,24	23,52	12,37	310,4	60,00
331	Соус сметанный с томатом	30	0,54	1,5	0,21	24,03	3
	Напиток "Витощка с Витаминами"	200			19	80	15
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	2
	ИТОГО:	500	23,75	31,413	84,71	728,32	101