

«Согласовано»

Директор МБОУ

«Центр образования № 9»



Е.А. Кулагина

13.01.2023г.

«Утверждено»

Генеральный

Директор

ООО «Кимрод»



И.С. Писевиков

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ с 7-11 лет

(дополнительный завтрак)

2. НОВОМОСКОВСКА И НОВОМОСКОВСКОГО РАЙОНА

на 2023 год.

Примерное двухнедельное циклическое меню для обучающихся 7-11 лет

Дополнительный завтрак

№ рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энерг. ценность
1 день Понедельник (1 неделя)						
54-1о-2020	Омлет натуральный	25	2,1	3,00	0,55	38
	Итого за завтрак	25	2,1	3,00	0,55	38
2 день Вторник						
54-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	30	1,02	1,1	3,69	29
	Итого за завтрак	30	1,02	1,1	3,69	29
3 день Среда						
54-21м-2020	Курица отварная	10	3,2	0,2	0,1	15
	Итого за завтрак	10	3,2	0,2	0,1	15
4 день Четверг						
54-16к-2020	Каша "Дружба"	30	0,75	0,9	3,6	31
	Итого за завтрак	30	0,75	0,9	3,6	31
5 день Пятница						
94	Салат "Мозаика"	30	0,8	2,00	2,8	32
	Итого за завтрак	30	0,8	2,00	2,8	32
6 день Понедельник (2 неделя)						
54-45гн-2020	Омлет с зеленым горошком	25	1,6	1,8	0,8	26
	Итого за завтрак	25	1,6	1,8	0,8	26
7 день Вторник						
222	Лапшевник с творогом	20	1,69	1,00	4,3	33
	Итого за завтрак	20	1,69	1,00	4,3	33
8 день Среда						
54-17з-2020	Салат из моркови и чернослива	30	0,45	0,1	6,5	28
	Итого за завтрак	30	0,45	0,1	6,5	28
9 день Четверг						
54-1о-2020	Омлет натуральный	25	2,1	3,00	0,55	38
	Итого за завтрак	25	2,1	3,00	0,55	38
10 день Пятница						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	5	1,2	1,5	0	18
	Итого за завтрак	5	1,2	1,5	0	18