



Согласовано:

директор МКОУ \_\_\_\_\_

Круговской ОШ  
А.В. Бубнов

15.01.2025г.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | вес блюда |           | Пищевые вещества/г/ |           |          |           |          |           | Энергет. ценность |           | цена<br>рубли |
|--------------------|-------------------|-----------|-----------|---------------------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-------------------|-----------|---------------|
|                    |                   |           |           | Б                   |           | Ж        |           | У        |           | ккал              |           |               |
|                    |                   | 7-11 лет  | 12-18 лет | 7-11 лет            | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет          | 12-18 лет |               |
| 1                  | 2                 |           |           |                     |           |          |           |          |           |                   |           |               |

Неделя 1/ день 3 Среда

Завтрак

|                         |                                                     |     |     |            |         |            |       |          |            |           |         |        |
|-------------------------|-----------------------------------------------------|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|--------|
| 70/71/2017м             | овощи в нарезке по сезону (огурец )                 | 60  | 100 | 0,67       | 1,12    | 0,12       | 0,2   | 2,16     | 3,6        | 13,2      | 22      | 25     |
| 77-2/2022/<br>332/2017м | биточки , котлеты куриные из п.ф.с<br>соусом 100/20 | 120 | 120 | 10,18      | 10,18   | 11,33      | 11,33 | 10,07    | 10,07      | 182,97    | 182,97  | 45     |
| 203/2017м               | макаронны отварные с маслом                         | 150 | 150 | 5,40       | 5,40    | 4,90       | 4,90  | 32,80    | 32,80      | 196,80    | 196,80  | 20     |
| 54-3гн/2022н            | чай с сахаром и лимоном                             | 200 | 200 | 0,3        | 0,3     | 0          | 0     | 10,58    | 10,58      | 43,52     | 43,52   | 12     |
| 701/2010м               | хлеб пшеничный                                      | 30  | 50  | 2,37       | 3,95    | 0,3        | 0,5   | 14,49    | 24,15      | 70,14     | 116,90  | 3,32   |
|                         | Итого                                               | 560 | 620 | 18,92      | 20,95   | 16,65      | 16,93 | 70,10    | 81,20      | 506,63    | 562,19  | 105,32 |
|                         | Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ±                 | 500 | 550 | 15,4-19,25 | 18-22,5 | 15,8-19,75 | 18-23 | 67-83,75 | 76,6-95,75 | 470-587,5 | 544-680 |        |