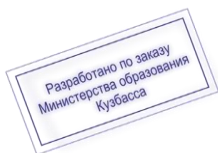


**ПРИМЕРНОЕ 24- ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
Сентябрь 2024 г. – Октябрь 2024 г.**

I НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)	II НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	
Каша рисовая молочная с маслом	200/5	6,31/7,15/31,59/215,25	Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	7,17/7,38/35,05/234,72
Блинчики с карамельным соусом (2 шт)	106/15	5,48/12,56/43,61/318,9	Сыр порциями	15	3,48/4,43/0/54,6
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4	Батон пшеничный	40	3/1,16/19,92/104,8
Кофейный напиток	200	6,28/4,75/19,59/130,79	Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73
Фруктовый десерт	125	0,75/0/15,62/65,5	Молочный десерт	200	5,4/4,2/18/131,4
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Запеканка из птицы с цветной капустой	90	13,63/13,22/7,67/205,95/	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,35/3,9/20,4/134,25	Курица запеченная с соусом и зеленью	90	24,03/19,83/1,61/279,17
Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48/3,96/0,68/48,11	Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,3/4,24/18,77/129,54
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,28/0,24/14,76/70,5/ 1,32/0,24/8,04/39,6	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6
Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200	0/0/14,16/55,48	Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0/0/20,2/81,4
СРЕДА			СРЕДА		
Огурцы порционные	60	0,48/0,06/1,56/8,4	Помидоры порционные	60	0,66/0,12/2,28/14,4
Котлета мясная (говядина, свинина, курица)	90	15,51/15,07/8,44/232,47	Рыба тушеная с овощами	90	12,63/1,66/4,39/81,67
Картофель запеченный с сыром	150	3,15/4,5/17,55/122,85	Картофельное пюре с маслом	150	3,3/7,8/22,35/173,1
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47 1,32/0,24/8,04/39,6	Хлеб пшеничный/ржаной	35/20	2,66/0,28/17,22/82,25 1,32/0,24/8,04/39,6
Компот из сухофруктов	200	0,37/0/14,85/59,48	Компот из сухофруктов	200	0,37/0/14,85/59,48
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	150	23,43/11,52/34,29/337,45	Омлет натуральный	150	15,59/16,45/2,79/222,36
Батон пшеничный	35	2,63/1,01/17,43/91,70	Бутерброд с сыром	45	6,4/6,44/12,8/137,57
Чай с сахаром и лимоном	200	0,04/0/7,4/30,26	Хлеб ржаной	20	1,32/0,24/8,04/39,6
			Какао с молоком	200	6,64/5,14/18,6/148,4
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Помидоры порционные	60	0,66/0,12/2,28/14,4	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	1,7/4,42/0,85/49,98
Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	14,84/12,69/4,46/191,87	Биточек мясной (говядина, курица) /Гуляш	90 90	17,25/14,98/7,87/235,78 16,56/15,75/2,84/219,6
Спагетти отварные с маслом	150	6,76/3,93/41,29/227,48	Рис отварной с маслом	150	3,34/4,91/33,93/191,49
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47 / 1,32/0,24/8,04/39,6	Хлеб пшеничный/ржаной	25/20	1,9/0,2/12,3/58,75/ 1,32/0,24/8,04/39,6
Чай с шиповником	200	0,06/0/19,25/76,95	Сок фруктовый	200	1/0,2/20,2/92



**ПРИМЕРНОЕ 24- ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
Сентябрь 2023 г. – Ноябрь 2024 г.**

III НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)	IV НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Каша овсяная молочная с маслом	200/5	8,2/8,73/29,68/230,33
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8,58/8,12/32,06/236	Оладьи с джемом	75/15	4,01/14,35/26,72/252,91
Сыр порциями	15	3,48/4,43/0/54,6	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6	Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73
Кофейный напиток	200	6,28/4,75/19,59/130,79	Фруктовый десерт	125	0,75/0/15,62/65,5
Молочный десерт	200	8,25/6,25/22/175			
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Огурцы порционные	60	0,48/0,06/1,56/8,4	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Биточек мясной под сырной шапкой	90	16,13/14,75/7,18/227,13	Котлета мясная (говядина, свинина)	90	15,51/15,07/8,44/232,47
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	3,3/3,9/25,65/151,35	Рис отварной с маслом	150	3,34/4,91/33,93/191,49
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,13/0,21/13,26/72 1,32/0,24/8,04/39,6	Хлеб пшеничный/ржаной	25/20	1,77/0,17/11,05/60 1,32/0,24/8,04/39,6
Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200	0/0/14,4/58,4	Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0/0/19,94/80,30
СРЕДА			СРЕДА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,45/15,45/70,5	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
Запеканка творожная со сгущенным молоком	150	25,71/11,96/32,3/342,12	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150	25,71/11,96/32,3/342,12
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48/3,96/0,68/48,11
Горячий шоколад	200	3,28/2,56/11,81/83,43	Батон пшеничный	20	1,44/0,13/9,83/50,44
			Какао с молоком	200	6,64/5,14/18,6/148,4
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Огурцы порционные	60	0,48/0,06/1,56/8,4	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	14,84/12,69/4,46/191,87	Запеканка из рыбы	90	11,49/6,78/5,93/130,92
Макароны отварные с маслом	150	6,76/3,93/41,29/227,48	Картофельное пюре с маслом	150	3,3/7,8/22,35/173,1
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,28/0,24/14,76/70,5/ 1,32/0,24/8,04/39,6	Хлеб пшеничный/ржаной	35/30	2,66/0,28/17,22/82,25/ 1,98/0,36/12,06/59,40
Компот из сухофруктов	200	0,37/0/14,85/59,48	Компот из кураги	200	0,83/0,04/15,16/64,22
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38	Помидоры порционные	60	0,66/0,12/2,28/14,4
Омлет с сыром	150	18,86/20,22/2,79/270,32	Гуляш	90	18,13/17,05/3,69/240,96
Горячий бутерброд на батоне (помидор, сыр)	60	5,54/4,69/14,55/123,12	Спагетти отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,65
Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73	Хлеб пшеничный/ржаной	25/20	1,77/0,17/11,05/60 1,32/0,24/8,04/39,6
			Сок фруктовый	200	1/0,2/20,2/92