

«Согласовано»

«Утверждаю»

Директор

Генеральный директор

МКОУ «Первомайский ЦО»

ООО «Кимпрод»



И. С. Курдюнов

И. С. Павликов

02.09.2024

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ

с 12 лет и старше

г. НОВОМОСКОВСКА И НОВОМОСКОВСКОГО РАЙОНА

на 2024- 2025 учебный год.

День	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептуры или	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы			
1 день	Завтрак 34-53								
	Каша из крупы «Геркулес» вязкая	г	150	6,170	6,670	23,330	177,330	212	22,53
	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,800	2,500	13,600	88,000	465	7
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	5
	Итого завтрак:		370,000	10,470	9,750	47,210	317,730		



День	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептуры или	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы			
2 день	Завтрак 34-53								
	Запеканка из творога с джемом	г	100	15,90	7,70	15,00	194,000	279	22,53
	Чай с лимоном	г	200	0,300	0,100	9,500	40,000	459	7
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	5
	Итого завтрак:		320,000	17,700	8,380	34,780	286,400		



День	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептуры или	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы			
3 день	Завтрак 34-53								
	Каша рисовая вязкая	г	150	4,330	4,750	27,000	173,690	217	22,53
	Какао с молоком	г	200	3,300	2,900	13,800	94,000	462	7
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	5
	Итого завтрак:	г	370,000	9,130	8,230	51,080	320,090		



День	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептуры или	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы			
4 день	Завтрак 34-53								
	Омлет натуральный	г	100	8,670	13,330	2,130	164,000	268	22,53
	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,800	2,500	13,600	88,000	465	7
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	5
	Итого завтрак:	г	320	12,97	16,410	26,01	304,400		



День	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептуры или	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
5 день	Завтрак 34-53								
	Макароны отварные с сыром	г	140	8,280	7,080	21,820	276,710	259	22,53
	Чай с сахаром	г	200	0,200	0,100	9,300	38,000	457	7
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	5
	Итого завтрак:	г	360,000	9,980	7,760	41,400	367,110		



День	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептур ы или	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы			
6 день	Завтрак 34-53								
	Каша "Дружба"	г	150	4,170	5,000	20,080	172,500	229	22,53
	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,800	2,500	13,600	88,000	465	7
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	5
	Итого завтрак:		370,000	8,470	8,080	43,960	312,900		



День	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептуры или	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы			
7 день	Завтрак 34-53								
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	г	100	15,900	7,700	15,000	194,000	279	22,53
	Чай с сахаром	г	200	0,200	0,100	9,300	38,000	457	7
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	5
	Итого завтрак:	г	320	17,600	8,380	34,580	284,400		



День	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептуры или	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
8 день	Завтрак 34-53								
	Омлет натуральный	г	100	8,670	13,330	2,130	164,000	268	22,53
	Какао с молоком	г	200	3,300	2,900	13,800	94,000	462	7
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	5
	Итого завтрак:		320	13,470	16,810	26,210	310,400		



День	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептур ы или	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы			
9 день	Завтрак 34-53								
	Макароньы отварны	г	140	8,28	7,08	21,82	276,710	256	22,53
	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,800	2,500	13,600	88,000	465	7
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	5
	Итого завтрак:	г	360,000	12,580	10,160	45,700	417,110		



День	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Номер рецептуры или	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы			
10 день	Завтрак 34-53								
	Каша рисовая вязкая	г	150	4,330	4,750	27,000	173,690	217	22,53
	Чай с лимоном	г	200	0,300	0,100	9,500	40,000	459	7
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111	5
	Итого завтрак:		370	6,130	5,430	46,780	266,090		

