

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ _____

СОГЛАСОВАНО:



Начальник Отдела образования
Новozybkovской городской администрации
_____ Е.В.Дёмина

**Примерное двухнедельное меню на осенний период
для детей школьного возраста на 2020 учебный год
(16-50 руб)**

№ РЕЦ.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетич. ценн. (ккал)
			Б	Ж	У	
	1 неделя ПОНЕДЕЛЬНИК					
227	Макарон.изд. отварные	100	3,68	3,53	23,55	140,73
363	Сосиска (сарделька) отварная	60	7	15,27	1,06	173,94
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,33
	1 неделя ВТОРНИК					
4	Салат из свеж.капусты	50	0,42	2,53	2,66	35,01
214	Рагу из птицы	150	15,38	19,59	18,20	308,58
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб ржаной	30	1,35	0,3	10,98	52,74
	1 неделя СРЕДА					
95	Каша гречневая молочная	200/5	7,94	8,21	35,13	246,17
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,4	19,33	93,33
6	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66
	1 неделя ЧЕТВЕРГ					
112	Каша пшенная молочная	200/5	6,04	7,27	34,29	227,16
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,4	19,33	93,33
7	Сыр	22	3,48	4,43	0	54
	1 неделя ПЯТНИЦА					
104	Каша рисовая молочная	200/5	5,12	6,62	32,61	210,13
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Кондит.изделие	40	1,35	6,04	26,59	161,25
	2 неделя ПОНЕДЕЛЬНИК					
109	Каша овсяная из «Геркулеса»	200/5	6,33	8,90	25,49	207,38
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,4	19,33	93,33
7	Сыр	22	3,48	4,43	0	54
	2 неделя ВТОРНИК					
4	Салат из свеж.капусты	50	0,42	2,53	2,66	35,01
214	Рагу из птицы	150	15,38	19,59	18,20	308,58
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	2 неделя СРЕДА					
102	Каша «Дружба»	200/5	6,55	8,33	35,09	241,11
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,4	19,33	93,33
7	Сыр	17	3,48	4,43	0	54

	2 неделя ЧЕТВЕРГ					
124	Макароны отварные с сыром	150/20	3,68	3,53	23,55	140,73
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб ржаной	40	1,8	0,4	14,64	70,32
	2 неделя ПЯТНИЦА					
95	Каша гречневая молочная	200/5	7,94	8,21	35,13	246,17
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,4	19,33	93,33
6	Кондит.изделие	40	1,35	6,04	26,59	161,25