

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ _____

СОГЛАСОВАНО:

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



**Примерное двухнедельное меню на осенний период
для детей школьного возраста на 2020 учебный год
(8-00 руб)**

№ РЕЦ.	Наименования блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетич.ц енн.(ккал
			Б	Ж	У	
	1 неделя ПОНЕДЕЛЬНИК					
124	Макароны отвар с сыром	100/8	2,45	2,35	15,7	93,82
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,4	14,64	70,32
	1 неделя ВТОРНИК					
4	Салат из свеж.капусты	50	0,42	2,53	2,66	35,01
241	Картофельное пюре	100	2,13	4,04	15,53	106,97
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб ржаной	40	1,8	0,4	14,64	70,32
	1 неделя СРЕДА					
104	Каша гречневая молочная	120/3	4,72	4,93	21,08	147,70
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,6	72,60
	1 неделя ЧЕТВЕРГ					
110	Каша пшеничная молочная	150/3	4,75	6,68	19,12	155,54
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,6	72,60
	1 неделя ПЯТНИЦА					
114	Каша рисовая молочная	150/3	3,84	4,97	24,46	157,60
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	40	2,43	0,30	14,6	72,60
	2 неделя ПОНЕДЕЛЬНИК					
110	Каша овсяная из «Геркул	150/4	4,75	6,68	19,12	155,54
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,6	72,60
	2 неделя ВТОРНИК					
4	Салат из свеж.капусты	50	0,42	2,53	2,66	35,01
241	Картофельное пюре	100	2,13	4,04	15,53	106,97
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 СРЕДА					
102	Каша «Дружба»	150/5	4,91	6,25	26,32	180,83
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 ЧЕТВЕРГ					
124	Макароны отвар с сыром	100/8	2,45	2,35	15,7	93,82
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,4	14,64	70,32
	2 неделя ПЯТНИЦА					
104	Каша гречневая молочная	120/3	4,72	4,93	21,08	147,70
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,6	72,60