УТВЕРЖДАЮ: СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Начальник Отдела образования

Новозыбковской городской администрации

Приказ №\_\_\_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г. Л. Резников

**Двухнедельное меню на весенний период**

**для детей из малоимущих семей**

**на 2024-2025 учебный год**

**(завтрак 5-11 кл)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | N рецеп туры |
| Белки | Жиры | Угле воды |
| Неделя 1  День 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| завтрак | Макароны отварные с сыром | 150/19 | 3,68 | 3,53 | 23,55 | 219 | 124 |
| Чай с сахаром (витаминизирован) | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | 300 |
| Хлеб «Умница» | 30 | 2,38 | 0,3 | 14,50 | 69,99 |  |
| Итого |  | 398 | 6,18 | 3,83 | 50,09 | 337,63 |  |
| День 2 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Каша гречневая молочная | 160 | 6,36 | 6,57 | 28,11 | 1963,94 | 104 |
| Чай с сахаром (витаминизирован) | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | 300 |
| Хлеб «Умница» | 30 | 2,38 | 0,3 | 14,50 | 69,99 |  |
|  | Масло сливочное | 8 | 0,08 | 6,55 | 0,11 | 59,4 | 6 |
| Итого |  | 399 | 8,94 | 13,42 | 54,76 | 2141,97 |  |
| День 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| завтрак | Рагу из птицы | 120 | 13,84 | 17,63 | 16,38 | 277,72 | 214 |
| Чай с сахаром (витаминизирован) | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | 300 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,49 | 0,27 | 7,52 | 38,99 |  |
| Итого |  | 365 | 15,45 | 17,9 | 35,94 | 365,35 |  |
| День 4 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Каша пшенная молочная | 180 | 5,44 | 6,54 | 30,86 | 204,44 | 112 |
| Чай с сахаром (витаминизирован) | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | 300 |
| Хлеб «Умница» | 30 | 2,38 | 0,3 | 14,50 | 69,99 |  |
| Сыр | 10 | 2,55 | 3,25 |  | 39,6 | 7 |
| Итого |  | 421 | 10,49 | 10,09 | 57,4 | 362,67 |  |
| День 5 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Каша рисовая молочная | 180 | 4,61 | 5,96 | 29,35 | 189,12 | 104 |
| Чай с сахаром (витаминизирован) | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | 300 |
| Хлеб «Умница» | 30 | 2,38 | 0,3 | 14,50 | 69,99 |  |
| Кондит.изделие | 30 | 1,35 | 6,04 | 26,59 | 161,25 |  |
| Итого |  | 440 | 8,46 | 12,3 | 82,48 | 469 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя 2  День 1 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Макароны отварные с сыром | 150/18 | 3,68 | 3,53 | 23,55 | 140,73 | 124 |
| Чай с сахаром (витаминизирован) | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | 300 |
| Хлеб «Умница» | 30 | 2,38 | 0,3 | 14,50 | 69,99 |  |
| Итого |  | 398 | 6,18 | 3,83 | 50,09 | 259,36 |  |
| День 2 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Каша «Дружба» | 180 | 5,89 | 7,49 | 31,58 | 216,99 | 112 |
| Чай с сахаром (витаминизирован) | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | 300 |
| Хлеб «Умница» | 30 | 2,38 | 0,3 | 14,50 | 69,99 |  |
| Сыр | 12 | 2,78 | 3,54 |  | 43,2 | 7 |
| Итого |  | 422 | 11,17 | 11,33 | 58,12 | 378,82 |  |
| День 3 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Рагу из птицы | 120 | 13,84 | 17,63 | 16,38 | 277,72 | 214 |
| Чай с сахаром (витаминизирован) | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | 300 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,49 | 0,27 | 7,52 | 38,99 |  |
| Итого |  | 365 | 15,45 | 17,9 | 35,94 | 365,35 |  |
| День 4 |  |  |  |  |  |  |  |
| завтрак | Каша манная молочная | 180 | 5,58 | 7,25 | 27,98 | 199,82 | 102 |
| Чай с сахаром (витаминизирован) | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | 300 |
| Хлеб «Умница» | 30 | 2,38 | 0,3 | 14,50 | 69,99 |  |
| Кондит.изделие | 30 | 1,35 | 6,04 | 26,59 | 161,25 |  |
| Итого |  | 440 | 9,43 | 13,59 | 81,11 | 479,7 |  |
| День 5 |  |  |  |  |  |  |  |
| завтрак | Каша гречневая молочная | 160 | 6,36 | 6,57 | 28,11 | 1963,94 | 104 |
| Чай с сахаром (витаминизирован) | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | 300 |
| Хлеб «Умница» | 30 | 2,38 | 0,3 | 14,50 | 69,99 |  |
| Масло сливочное | 9 | 0,08 | 6,55 | 0,11 | 59,4 | 6 |
| Итого |  | 399 | 8,94 | 13,42 | 54,76 | 2141,97 |  |
| Среднее значение за период: |  |  | 9,89 | 11,55 | 55,59 | 372,26 |  |