

Примерное 12-дневное меню горячих завтраков на осенний-зимний период для обучающихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции	Рецептуры
		(г)	
Неделя: первая			
День: первый			
Завтрак:	Зеленый горошек консервированный	60	131
	Плов с мясом	180	Л443
	Какао с молоком	200	382
	Хлеб пшеничный	20	пром
	Хлеб ржаной	25	пром
	Яблоко свежее	120	338
Итого на завтрак:		605	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции	Рецептуры
		(г)	
Неделя: первая			
День: второй			
Завтрак:	Салат из свеклы отварной.	60	52
	Биточки рубленые из птицы под соусом	90	Л500
	Каша вязкая пшенная	150	303
	Чай черный с сахаром	200	376
	Хлеб пшеничный	25	пром
	Хлеб ржаной	25	пром
	Кефир 2,5% в промышленной упаковке	180	пром
Итого на завтрак:		730	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции	Рецептуры
		(г)	
Неделя: первая			

День:третий			
Завтрак:	Икра кабачковая	60	пром
	Запеканка картофельная с мясом (говядина)	175	284
	Кисель из сока плодового	200	358
	Хлеб пшеничный	40	пром
	Хлеб ржаной	25	пром
Итого на завтрак:		500	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции	Рецептуры
		(г)	
Неделя: первая			
День:четвертый			
Завтрак:	Овощи натуральные соленые	60	70
	Шницель мясной рубленый (из говядины)	90	267
	Макаронные изделия отварные с овощами	170	205
	Чай с лимоном	200	377
	Хлеб пшеничный	25	пром
	Хлеб ржаной	25	пром
	Кондитерское изделие	15	пром
Итого на завтрак:		585	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции	Рецептуры
		(г)	
Неделя: первая			
День:пятый			
Завтрак:	Зеленый горошек консервиров.	60	131
	Котлета рыбная	90	234
	Картофельное пюре	150	520
	Фруктовый чай	200	377/1
	Хлеб пшеничный	20	пром
	Хлеб ржаной	25	пром
	Сок фруктовый в промышленной упаковке 0,2	200	389
Итого на завтрак:		745	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции (г)	Рецептуры
Неделя: первая			
День:шестой			
Завтрак:			
	Сыр порциями	20	15
	Пудинг из творога запеченый	160	222
	Сгущенное молоко	30	пром
	Кофейный напиток с молоком	200	258
	Хлеб пшеничный	20	пром
	Яблоко	120	338
Итого на завтрак:		550	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции (г)	Рецептуры
Неделя: первая			
День:седьмой			
Завтрак:			
	Сыр порциями	20	15
	Каша манная молочная	210	181
	Какао с молоком	200	382
	Хлеб пшеничный	40	пром
	Яблоко свежее	120	338
Итого на завтрак:		590	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции (г)	Рецептуры
Неделя: первая			
День:восьмой			
Завтрак:			
	Овощи натуральные соленые	60	70
	Рагу из птицы	175	289

	Кисель из сока плодового	200	358
	Хлеб ржаной	25	пром
	Хлеб пшеничный	20	пром
	Кефир 2,5% в промышленной упаковке	180	386
Итого на завтрак:		660	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции	Рецептуры
		(г)	
Неделя:			
первая			
День: девятый			
Завтрак:			
	Зеленый горошек консервиров.	60	131
	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски (говядина)	90	454
	Капуста тушеная	150	534
	Чай черный с сахаром	200	376
	Хлеб пшеничный	25	пром
	Хлеб ржаной	25	пром
	Сок фруктовый в промышленной упаковке 0,2	200	389
Итого на завтрак:		750	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции	Рецептуры
		(г)	
Неделя:			
первая			
День: десятый			
Завтрак:			
	Икра кабачковая	60	пром
	Котлета рыбная	90	234
	Картофельное пюре	150	520
	Фруктовый чай	200	377/1
	Хлеб пшеничный	25	пром
	Хлеб ржаной	25	пром
	Кондитерское изделие	20	пром
Итого на автрак:		570	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
------------	--------------------	-------	---

		порции	Рецептуры
		(г)	
Неделя:			
первая			
День:			
одиннадцатый			
Завтрак:	Сыр порциями		
	Запеканка творожная	20	61
	Сгущенное молоко	150	366
	Кофейный напиток с молоком	30	пром
	Хлеб пшеничный	200	258
	Яблоко	20	пром
Итого на завтрак:		120	338
		540	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса	№
		порции (г)	Рецептуры
Неделя:			
первая			
День:			
двенадцатый			
Завтрак:	Сдоба обыкновенная	100	
	Каша "Дружба" молочная	200	84
	Чай черный с сахаром	200	376
	Хлеб пшеничный	40	пром
	Яблоко свежее	120	338
Итого на завтрак:		660	

«ЗАКАЗЧИК»

Директор МБОУ СОШ № 13

«ИСПОЛНИТЕЛЬ»

Директор ООО «Формула Вкуса»

Белов А.А.

Л.Г.Сонько