



УТВЕРЖДАЮ

Зав. филиалом
Н.В.Енькова

**Ежедневное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд для обучающихся в возрасте от 12 и старше лет в Круглинском филиале МБОУ Кочетовской СОШ
Мичуринского района на 2023-2024 учебный год**

День: понедельник 06 мая 2024 год

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: от 12 и старше лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак (категория – «прочие», дети из малообеспеченных семей и др. льготных категорий)														
171	Гречка со слив. маслом	200/5	8,6	7,7	42,5	278	0,12	0	20	0,159	210,1	140	4,8	1,563
271	Макароны с тертым сыром	220	10,81	10,88	17,57	238,9	13,51	13,6	21,96	2,03	298	178	15,03	2,03
375	Чай с сахаром	200	0,1	0	16,7	63	14	6	8	0,9	0	0	0,04	0
	Батон с сыром	20/10	4,6	3	15,3	105	0,13	0	0	1,65	72,5	136,7	21,32	1,25
	Хлеб пшеничный	30	3,4	0,36	22,1	106	25	6,6	16	0,3	0	0,03	0,3	0
	Хлеб ржаной	40	6,6	1,2	38,5	228	0,2			27,4	25,2	208,8	68,4	4,3
	Итого		27,51	21,94	114,17	790,9	52,76	26,2	65,96	5,039	580,6	454,73	41,49	4,843
Завтрак (категория – дети из многодетных семей)														
171	Гречка со слив. маслом	200/5	8,6	7,7	42,5	278	0,12	0	20	0,159	210,1	140	4,8	1,563
271	Макароны с тертым сыром	220	10,81	10,88	17,57	238,9	13,51	13,6	21,96	2,03	298	178	15,03	2,03

375	Чай с сахаром	200	0,1	0	16,7	63	14	6	8	0,9	0	0	0,04	0
	Батон с сыром	20/10	4,6	3	15,3	105	0,13	0	0	1,65	72,5	136,7	21,32	1,25
	Хлеб пшеничный	30	3,4	0,36	22,1	106	25	6,6	16	0,3	0	0,03	0,3	0
	Сок	200	0,4	0,4	9,8	47	35	19,8	24	4,8	0	0,6	0,6	22
	Итого:		27,91	22,34	123,97	837,9	87,76	46	89,96	9,839	580,6	455,33	42,09	26,843