

СОГЛАСОВАНО:

(наименование общеобразовательного учреждения)

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

« 09 » 2023

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Мастер Провиант»

(наименование учреждения)

Пешков В.В.

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

« 09 » 2023

**Меню приготавливаемых блюд  
двухнедельное завтраков для питания обучающихся  
по образовательным программам начального общего образования в муниципальных общеобразовательных организациях (за исключением учащихся,  
находящихся на полном государственном обеспечении, обучающихся на дому или с использованием дистанционных образовательных технологий)**

1 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (1н1д)

| № сб. рец | Наименование продукта    | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |   |   |      | Минеральные вещества |       |      |         |
|-----------|--------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|---|---|------|----------------------|-------|------|---------|
|           |                          |          |          |         |             |                | В1       | С | А | Е    | Ca                   | Р     | Mg   | Fe      |
| 9         | Бутерброд с колбасой в/к | 20/15    | 3,32     | 2,49    | 12,34       | 85,05          | 2,7505   |   |   | 0,34 | 26,3                 | 299,5 | 31,1 | 2,58    |
| 1         | Чай с сахаром            | 200      |          |         | 11,998      | 47,99          |          |   |   |      | 0,015                |       |      | 0,00075 |

1 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (1н2д)

| № сб. рец | Наименование продукта | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |   |   |      | Минеральные вещества |      |     |         |
|-----------|-----------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|---|---|------|----------------------|------|-----|---------|
|           |                       |          |          |         |             |                | В1       | С | А | Е    | Ca                   | Р    | Mg  | Fe      |
| 237       | Бутерброд с джемом    | 35       | 1,820    | 0,240   | 20,890      | 93,000         | 2,2      | 6 |   | 0,34 | 7,1                  | 15,4 | 4,7 | 0,315   |
| 1         | Чай с сахаром         | 200      |          |         | 11,998      | 47,990         |          |   |   |      | 0,015                |      |     | 0,00075 |

1 неделя 3 день (среда)

Завтрак (1н3д)

| № сб. рец | Наименование продукта   | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |     |      |       | Минеральные вещества |          |          |         |
|-----------|-------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-----|------|-------|----------------------|----------|----------|---------|
|           |                         |          |          |         |             |                | В1       | С   | А    | Е     | Ca                   | Р        | Mg       | Fe      |
| 82        | Печенье 30              | 30       | 2,861    | 4,883   | 22,445      | 145,171        | 0,51232  |     |      | 25,6  | 89,2416              | 654,4736 | 227,3344 | 7,31904 |
| 142       | Чай с лимоном и сахаром | 200      | 0,044    | 0,012   | 15,370      | 61,763         | 0,0016   | 1,6 | 0,08 | 0,008 | 1,615                | 0,88     | 0,48     | 0,02475 |

1 неделя 4 день (четверг)

Завтрак (1н4д)

| № сб. рец | Наименование продукта    | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |   |   |      | Минеральные вещества |       |      |         |
|-----------|--------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|---|---|------|----------------------|-------|------|---------|
|           |                          |          |          |         |             |                | В1       | С | А | Е    | Ca                   | Р     | Mg   | Fe      |
| 9         | Бутерброд с колбасой в/к | 20/15    | 3,320    | 2,490   | 12,340      | 85,050         | 2,7505   |   |   | 0,34 | 26,3                 | 299,5 | 31,1 | 2,58    |
| 1         | Чай с сахаром            | 200      |          |         | 11,998      | 47,990         |          |   |   |      | 0,015                |       |      | 0,00075 |

1 неделя 5 день (пятница)

Завтрак (1н5д)

| № сб. рец | Наименование продукта | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |   |         |      | Минеральные вещества |         |      |         |
|-----------|-----------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|---|---------|------|----------------------|---------|------|---------|
|           |                       |          |          |         |             |                | В1       | С | А       | Е    | Са                   | Р       | Mg   | Fe      |
| 10        | Бутерброд с маслом    | 20/5     | 1,863    | 4,296   | 11,143      | 90,682         | 2,20005  |   | 0,00065 | 0,34 | 4,04                 | 13,0002 | 2,62 | 0,2402  |
| 1         | Чай с сахаром         | 200      |          |         | 11,998      | 47,990         |          |   |         |      | 0,015                |         |      | 0,00075 |

2 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (2н1д)

| № сб. рец | Наименование продукта   | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |     |      |       | Минеральные вещества |      |      |         |
|-----------|-------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-----|------|-------|----------------------|------|------|---------|
|           |                         |          |          |         |             |                | В1       | С   | А    | Е     | Са                   | Р    | Mg   | Fe      |
| 237       | Бутерброд с джемом      | 35       | 1,820    | 0,240   | 20,890      | 93,000         | 2,2      | 6   |      | 0,34  | 7,1                  | 15,4 | 4,7  | 0,315   |
| 142       | Чай с лимоном и сахаром | 200      | 0,044    | 0,012   | 15,370      | 61,763         | 0,0016   | 1,6 | 0,08 | 0,008 | 1,615                | 0,88 | 0,48 | 0,02475 |

2 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (2н2д)

| № сб. рец | Наименование продукта | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |   |         |      | Минеральные вещества |         |      |         |
|-----------|-----------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|---|---------|------|----------------------|---------|------|---------|
|           |                       |          |          |         |             |                | В1       | С | А       | Е    | Са                   | Р       | Mg   | Fe      |
| 10        | Бутерброд с маслом    | 20/5     | 1,863    | 4,296   | 11,143      | 90,682         | 2,20005  |   | 0,00065 | 0,34 | 4,04                 | 13,0002 | 2,62 | 0,2402  |
| 1         | Чай с сахаром         | 200      |          |         | 11,998      | 47,990         |          |   |         |      | 0,015                |         |      | 0,00075 |

2 неделя 3 день (среда)

Завтрак (2н3д)

| № сб. рец | Наименование продукта | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |   |   |      | Минеральные вещества |    |     |         |
|-----------|-----------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|---|---|------|----------------------|----|-----|---------|
|           |                       |          |          |         |             |                | В1       | С | А | Е    | Са                   | Р  | Mg  | Fe      |
| 215       | пряники 40 гр         | 40       | 2,856    | 1,428   | 19,664      | 102,932        | 0,032    |   |   | 0,96 | 4,4                  | 20 | 3,6 | 0,32    |
| 1         | Чай с сахаром         | 200      |          |         | 11,998      | 47,990         |          |   |   |      | 0,015                |    |     | 0,00075 |

2 неделя 4 день (четверг)

Завтрак (2н4д)

| № сб. рец | Наименование продукта    | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |   |   |      | Минеральные вещества |       |      |         |
|-----------|--------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|---|---|------|----------------------|-------|------|---------|
|           |                          |          |          |         |             |                | В1       | С | А | Е    | Са                   | Р     | Mg   | Fe      |
| 9         | Бутерброд с колбасой в/к | 20/15    | 3,320    | 2,490   | 12,340      | 85,050         | 2,7505   |   |   | 0,34 | 26,3                 | 299,5 | 31,1 | 2,58    |
| 1         | Чай с сахаром            | 200      |          |         | 11,998      | 47,990         |          |   |   |      | 0,015                |       |      | 0,00075 |

2 неделя 5 день (пятница)

Завтрак (2н5д)

| № сб. рец | Наименование продукта   | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |     |      |       | Минеральные вещества |      |      |         |
|-----------|-------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-----|------|-------|----------------------|------|------|---------|
|           |                         |          |          |         |             |                | В1       | С   | А    | Е     | Са                   | Р    | Mg   | Fe      |
| 12        | Бутерброд с сыром       | 28       | 3,962    | 3,184   | 10,305      | 85,724         | 1,9949   |     |      | 0,306 | 3,42                 | 11,7 | 2,34 | 0,216   |
| 142       | Чай с лимоном и сахаром | 200      | 0,044    | 0,012   | 15,370      | 61,763         | 0,0016   | 1,6 | 0,08 | 0,008 | 1,615                | 0,88 | 0,48 | 0,02475 |