**«Утверждаю» «Согласовано»**

 **Директор МБОУ ЕСОШ №7**

**ИП Ермоленко Л.В. им. О.Казанского**

**«01» сентября 2021 г. Авилова О.В.**

**Примерное 2-х недельное меню**

**завтраков для организации бесплатного горячего питания учащихся 1-4 классов в МБОУ ЕСОШ №7 им. О.Казанского на 2021-2022 учебный год**

**Возраст 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Масса порции****(гр.)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность****(ккал)** | **Цена (руб.)** |
| 608688Табл.4Пром. призв.868 | **1-й день**Биточки мясныеМакароны отварные с масломОгурцы соленыеБатон йодированныйКомпот из смеси сухофруктов**Итого за завтрак:** | 601504040200 | 9,335,521,02,40,4 | 6,934,520,20,3- | 9,4226,453,216,224,76 | 137,25168,45177594,20 | 30-808-936-563-357-00 |
|  | **18,65** | **11,95** | **80,03** | **491,90** | **56-64** |
| 282694Табл.4Пром.произв.943 | **2-й день**Оладьи из печениКартофельное пюреОвощи сезонныеБатон йодированныйЧай с сахаром**Итого за завтрак:** | 801505040200/12 | 10,573,061,02,40,2 | 12,524,800,20,3- | 10,0420,453,216,214,00 | 196137,25177528 | 31-6010-606-093-355-00 |
|  | **17,23** | **17,82** | **63,89** | **453,25** | **56-64** |
| 46741Пром.произв.869 | **3-й день**Пудинг из творога запеченныйМасло сливочное порциямиБатон йодированныйКисель из свежих плодов**Итого за завтрак:** | 1601040200 | 22,240,002,40,14 | 15,368,200,30,04 | 32,160,1016,227,50 | 179,207575110,80 | 38-298-003-357-00 |
|  | **24,78** | **23,9** | **75,96** | **440,00** | **56-64** |
| 28667945Пром.произв.943 | **4-й день**Тефтели мясные с соусомКаша гречневая рассыпчатаяВинегрет овощнойХлеб ржано-пшеничныйЧай с сахаром**Итого за завтрак:** | 801506040200 | 11,787,460,823,250,2 | 12,915,613,710,5- | 14,9035,845,0620,0514,00 | 223,00230,4556,889528 | 32-638-927-782-315-00 |
|  | **23,61** | **22,73** |  **89,85** | **633,33** | **56-64** |
| 934241Пром.произв.859 | **5-й день**Суп молочный с макаронными изделиямиСыр порционныйМасло сливочное порциямиБатон йодированныйКомпот из свежих плодов**Итого за завтрак:** | 200151040200 | 5,753,480,002,40,20 | 5,214,438,200,30,20 | 18,840,00,1016,222,30 | 145,2054,607575110 | 23-2912-008-003-3510-00 |
|  | **11,83** | **18,34** | **57,44** | **459,80** | **56-64** |
| 30167933Пром.произв.951 | **6-й день**Курица тушеная в соусеКаша пшеничная с масломСалат из свёклы отварнойБатон йодированныйНапиток кофейный | 901506040200 | 17,656,600,862,40,5 | 14,584,383,650,3- | 4,735,275,0216,231,5 | 221,00213,7156,3475128 | 35-187-155-963-355-00 |
|  | **Итого за завтрак:** |  | **28,01** | **22,91** | **92,69** | **694,05** | **56-64** |
| 43843Пром.произв.943 | **7-й день**Омлет натуральный запеченный с колбасойСалат из белокачанной капустыБатон йодированныйЧай с сахаром | 1506040200/12 | 14,270,852,40,2 | 22,163,050,3- | 2,655,4116,214,00 | 267,9352,447528 | 42-306-003-345-00 |
|  | **Итого за завтрак:** |  | **17,72** | **25,51** | **38,26** | **423,37** | **56-64** |
| 469959 | **8-й день**Запеканка из творога со сметанойКакао с молоком**Итого за завтрак:** | 150/20200 | 27,843,52 | 18,003,72 | 32,4025,49 | 279,60145,2 | 48-648-00 |
|  | **31,36** | **21,72** | **57,89** | **424,8** | **56-64** |
| 486694Пром.произв.951 | **9-й день**Рыба тушеная в томатном соусе с овощамиКартофельное пюреБатон пшеничныйНапиток кофейный**Итого за завтрак:** | 75/7515040200/12 | 13,873,062,40,5 | 7,854,800,3- | 6,5320,4516,231,5 | 150,00137,2575128 | 38-0910-602-955-00 |
|  | **19,83** | **12,95** | **74,68** | **490,25** | **56-64** |
| 30442Пром.произв.943 | **10-й день**Плов из птицыСыр порционныйХлеб ржано-пшеничныйЧай с сахаром**Итого за завтрак:** | 2101540200 | 20,303,483,250,2 | 17,004,430,5- | 35,690,020,0514,00 | 377,0054,609528 | 37-3312-002-315-00 |
|  | **27,23** | **21,93** | **69,74** | **554,60** | **56-64** |

Наименование сборника рецептур : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания /Авт.-сост.: АИ.Здобнов, В.А Цыганенко, М.И. Пересичный. –К.:А.С.К., 2005, Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2010 г.