

СОГЛАСОВАНО
Директор _____
(Ф.И.О. полностью)

(полное наименование ООО)

Утверждаю:
Директор МУП "Новосергиевка АКВА"
Л.А.Пузырниква

" " 2024г " " 2024г

Меню горячих вторых завтраков на 2024 г.
(Оренбургская область - 2 вариант. МУП "Новосергиевка-АКВА")
Возрастная категория: от 12 до 18 лет
Характеристика питающихся: ОВЗ

СОГЛАСОВАНО:

Директор _____

Утверждаю:

Директор МУП "Новосергиевка АКВА"

_____ Л.А.Пузырникова

(Ф.И.О.полностью)

(полное наименование ОО)

" " 2024г " " 2024г

**Меню горячих завтраков на 2024
учебный год
(Оренбургская область - 2 вариант,
МУП "Новосергиевка-АКВА")**

Возрастная категория: от 7 до 18 лет

Характеристика питающихся: овз

№ рецептур ы	Название блюда	Масса	цена	
		г.	порции	
Неделя 1 Понедельник				
Завтрак				
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	38,30	
54-2гн	Чай с сахаром	200	3,50	
Пром.	мандарин	100	17,00	
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,50	
Итого за Завтрак		520	60,30	
Рекомендуемая величина				
Процентное соотношение БЖУ				
Неделя 1 Вторник				
Завтрак				
54-18з	Салат из свеклы с черносливом	60	6,00	
54-11г	Картофельное пюре	100	18,00	
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	31,30	
54-2гн	Чай с сахаром	200	3,50	
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,50	
Итого за Завтрак		470	60,30	
Рекомендуемая величина				
Процентное соотношение БЖУ				
Неделя 1 Среда				
Завтрак				
54-1о	Омлет натуральный	100	33,80	
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	8,00	
Пром.	Яблоко	100	17,00	
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,50	
Итого за Завтрак		420	60,30	

	Рекомендуемая величина		
	Процентное соотношение БЖУ		
	Неделя 1 Четверг		
	Завтрак		
54-1т	Запеканка из творога	75	35,30
54-2гн	Чай с сахаром	200	3,50
Пром.	Джем из абрикосов	10	3,00
Пром.	мандарин	100	17,00
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,50
	Итого за Завтрак	405	60,30
	Рекомендуемая величина		
	Процентное соотношение БЖУ		
	Неделя 1 Пятница		
	Завтрак		
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	23,20
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	75	27,10
54-5соус	Соус молочный натуральный	30	5,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	3,50
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,50
	Итого за Завтрак	475	60,30
	Рекомендуемая величина		
	Процентное соотношение БЖУ		
	Неделя 2 Понедельник		
	Завтрак		
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	200	38,30
54-2гн	Чай с сахаром	200	3,50
Пром.	мандарин	100	17,00
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,50
	Итого за Завтрак	520	60,30
	Рекомендуемая величина		
	Процентное соотношение БЖУ		
	Неделя 2 Вторник		
	Завтрак		
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	10,00
54-1г	Макароны отварные	150	13,00
54-25м	Курица тушеная с морковью	75	27,80
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	8,00
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,50
	Итого за Завтрак	505	60,30
	Рекомендуемая величина		
	Процентное соотношение БЖУ		

	Неделя 2 Среда			
	Завтрак			
	сыр твёрдых сортов в нарезке	10	9,00	
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	19,80	
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	13,00	
Пром.	Яблоко	100	17,00	
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,50	
	Итого за Завтрак	530	60,30	
	Рекомендуемая величина			
	Процентное соотношение БЖУ			
	Неделя 2 Четверг			
	Завтрак			
54-1о	Омлет натуральный	150	38,30	
54-2гн	Чай с сахаром	200	3,50	
Пром.	банан	120	17,00	
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,50	
	Итого за Завтрак	490	60,30	
	Рекомендуемая величина			
	Процентное соотношение БЖУ			
	Неделя 2 Пятница			
	Завтрак			
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	29,80	
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	8,00	
Пром.	мандарин	100	17,00	
Пром.	Джем из абрикосов	10	4,00	
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,50	
	Итого за Завтрак	530	60,30	
	Рекомендуемая величина			
	Процентное соотношение БЖУ			
/	итого за 10 дней		603	
	в среднем, в день		60,30	