УТВЕРЖДЕНО
 Приказом №302/ОД от 02.09.2024
 и.о. Директора МОУ Удмискаля №2 СОШ
 Т.В. Трусова

Примерное 10-ти дневное меню горячего питания
 Учащихся из малообеспеченных семей
 7-11 лет (завтрак)
 МОУ "Удмискаля №2 СОШ"
 (Сезон: осенний, зимний, весенний)

День	№тех. кар	Прием пищи, наименов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины, мг							Мин. вещества, мг						
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	A	E	C	Ca	P	Mg	Fe					
1 День			Завтрак																		
	173	Каша вязкая пшеничная	200/10	13,20	12,40	61,00	400,30	0,24	0,26	0	0	0,87	198,8	0	0	0,76					
	209	Яйцо куриное вареное	40	4,6	5,08	0,3	63	0	2,52	0	0	0	0	0	0						
	376	Чай с сахаром	200/20	0,33	0,9	22,1	86	0	0,03	0	0	0,22	30	0	0	1,9					
	н	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,86	19,68	94	0,2	0	0	0	0	23	0	0	1,9					
			510	21,17	19,24	103,08	643,30	0,44	2,81	0	0	1,09	251,8	0	0	4,56					
2 День			Завтрак																		
	№173	Каша пшеничная	200/10	10,48	14,32	51,70	376,00	0,14	0,16	0	0	1	146,66	0	0	46,02	1,18				
	376	Чай с сахаром	200/20	0,33	0,9	22,1	86	0	0,03	0	0	0,22	30	0	0	1,9					
	39	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	0	0	0	0	0	0	0	0	0					
			460	13,06	18,76	96,27	587,13	0,14	0,19	0	0	1,22	176,66	0	0	46,02	3,08				
3 День			Завтрак																		
	173	Геркулесовая каша	200/10	11,25	16,11	50,72	392,30	0,32	0,13	0	0	1,73	208,45	0	0	2,37					
	171	Пирожок с капустой	75	5,40	6,70	34,52	223,11	0	0	0	0	18,33	29,52	0	0	0,8					
	377	Чай с лимоном и с сахар	200/10/20	0,36	0,09	20,27	80,46	0	0,02	0	0	2,96	27,3	0	0	1,7					
			515	17,01	22,90	105,51	695,87	0,32	0,15	0	0	23,02	265,27	0	0	4,87					
4 День			Завтрак																		
	223	Запеканка из творога со слушанным молоком	150/15	18,90	15,50	32,70	409,20	0,045	0,57	0	0	0,93	127,4	0	0	0,73					
	39	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	0	0	0	0	0	0	0	0						
	376	Чай с сахаром	200/20	0,33	0,9	22,1	86	0	0,03	0	0	0,22	30	0	0	1,9					
			415	21,48	19,94	77,27	620,33	0,045	0,6	0	0	1,15	157,4	0	0	2,63					
			Завтрак																		
	168	Каша манная молочная	200/10	8,3	12,88	43,7	323,44	0	0	0	0	1,7	181,3	0	0	0,64					