
Утверждаю:
Директор МБОУ "Хоботовская СШ"
А.А. Щукин
" 10 " 2023-2024 гг.



Примерное двухнедельное цикличное меню
завтраки для обучающихся 5-11 классов.

Столбец1	Столбец2	Столбец3	Столбец4	Столбец5	Столбец6	Столбец7
	Организация: МБОУ "Хохловская СШ"					
	Название меню: Завтрак для 5-11 класса					
	Срок действия меню: 04.09.2023 - 31.05.2024гг.					
№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал

№ рецептуры 1

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
1000	Хлеб с маслом и сыром	100	10,8	1,7	42,3	244
1000	Сырники с сахаром	100	11,2	4,6	27,7	212
1000	Булочки с сахаром	100	10,8	1,7	41,8	241
1000	Хлеб с маслом	100	10,4	1,7	40,5	238
1000	Сырники с сахаром	100	11,2	4,6	27,7	212
	Итого в Завтрак	500	45,8	19,3	68,3	389,1

№ рецептуры 2

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Вареники с капустой	100	11,2	4,6	27,7	212
	Завтрак					
1000	Булочки с сахаром	100	10,8	1,7	41,8	241
1000	Булочки с сахаром	100	10,8	1,7	41,8	241
1000	Булочки с сахаром	100	10,8	1,7	41,8	241
1000	Хлеб с маслом	100	10,4	1,7	40,5	238
1000	Булочки с сахаром и сыром	100	11,8	1,8	41,5	246
	Итого в Завтрак	500	41,31	14,16	62,71	341,5

Столбец1	Столбец2	Столбец3	Столбец4	Столбец5	Столбец6	Столбец7
	Организация: МБОУ "Хохловская СШ"					
	Название меню: Завтрак для 5-11 классов					
	Срок действия меню: 04.09.2023 - 31.05.2024гг.					
№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Среда, 1 неделя	г	г	г	г	ккал
	Завтрак					
№9	Бутерброд с сыром	70	16	1	70	335,49
54-26к	Каша жидкая молочная рисовая	250	5,6	7,1	30,4	209
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,14	8,6	50,9
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,8
	Итого за Завтрак	560	26,19	9,56	128,68	689,19
№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Четверг, 1 неделя	г	г	г	г	ккал
	Завтрак					
520	Картофельное пюре	200	5,02	7,67	39,7	241,14
54-3р	Котлета рыбная (минтай)	100	14,06	2,65	8,57	114,31
54-2соус	Соус белый основной	50	1,37	1,89	2,17	31,1
54-21гн	Какао с молоком	200	4,68	3,52	12,5	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,8
	Итого за Завтрак	590	28,17	16,05	82,62	580,75

Столбец1	Столбец2	Столбец3	Столбец4	Столбец5	Столбец6	Столбец7
	Организация: МБОУ "Хохловская СП"					
	Название меню: Завтрак для 5-11 классов					
	Срок действия меню: 04.09.2023 - 31.05.2024гг.					
№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
№3	Макароны отварные	200	4,41	5,63	28,73	183,23
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4
54-2гп	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,8
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,2	2,5	14,2
	Итого за Завтрак	640	22,54	11,99	61,73	444,43

