

""СОГЛАСОВАНО":

Директор

МАОУ "Средняя школа № 6"

О.И.Дзюба

" 25 " 12 2024 год

"УТВЕРЖДАЮ":

Директор

ООО "Сияние Севера"

Г.М. Шагапов

" 25 " 12 2024 год

**Льготная категория -1 смена**

**Примерное дотационное цикличное меню  
на завтраки для учащихся 1-4 классов  
общеобразовательных школ на 2025 уч.год**

2024 г.

**Льготная категория -1 смена**  
**Примерное дотационное циклическое меню на ЗАВТРАКИ**  
**для учащихся 1-4 классов общеобразовательных школ на 2025**  
**уч.год.**

Возрастная категория: 7-11лет (1-4 классы)

| №             | Наименование блюда                | Выход, г     | Белки, г     | Жиры, г      | Углево-ды, г  | ЭЦ, ккал       |
|---------------|-----------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|               |                                   |              | всего        | всего        |               |                |
| <b>1 день</b> |                                   |              |              |              |               |                |
| 413/04        | Колбаски детские отварные         | 100          | 6,00         | 8,20         | 0,40          | 99,40          |
| ТТК 371       | Овощи тушеные Гавайская смесь     | 180          | 5,84         | 8,46         | 38,40         | 253,10         |
| 692/04        | Кофейный напиток                  | 200          | 1,31         | 1,60         | 12,33         | 68,96          |
|               | Хлеб пшеничный                    | 37,5         | 2,90         | 0,30         | 18,50         | 88,30          |
|               | Хлеб ржано-пшеничный              | 16           | 1,20         | 0,24         | 6,00          | 30,96          |
|               | <b>Итого за прием</b>             | <b>533,5</b> | <b>17,25</b> | <b>18,80</b> | <b>75,63</b>  | <b>540,72</b>  |
| <b>2 день</b> |                                   |              |              |              |               |                |
| Таб.№4(2004)  | Каша молочная Дружба              | 200          | 4,20         | 6,30         | 27,60         | 183,90         |
| 366/04        | Запеканка из творога со сгущ.мол. | 127          | 5,53         | 8,55         | 17,35         | 168,47         |
| №697(2004)    | Кисломолочный напиток             | 180          | 5,22         | 4,50         | 7,02          | 89,46          |
|               | Хлеб пшеничный                    | 37,5         | 2,90         | 0,30         | 18,50         | 88,30          |
|               | Хлеб ржано-пшеничный              | 20           | 1,50         | 0,30         | 7,50          | 38,70          |
|               | <b>Итого за прием</b>             | <b>564,5</b> | <b>19,35</b> | <b>19,95</b> | <b>77,97</b>  | <b>568,83</b>  |
| <b>3 день</b> |                                   |              |              |              |               |                |
| ТТК 380       | Рыба, запеченная с овощами        | 120          | 7,15         | 9,18         | 2,74          | 122,18         |
| 520/04        | Пюре картофельное                 | 200          | 5,40         | 8,00         | 18,93         | 169,32         |
| 700/04        | Напиток Клюквенный                | 200          | 0,15         | 0,09         | 16,38         | 66,93          |
|               | Хлеб пшеничный                    | 40           | 3,09         | 0,32         | 19,70         | 94,04          |
|               | Хлеб ржано-пшеничный              | 20           | 1,50         | 0,30         | 7,50          | 38,70          |
|               | Кондитерское изделие              | 20           | 0,22         | 0,040        | 10,76         | 44,28          |
|               | <b>Итого за прием</b>             | <b>600</b>   | <b>17,51</b> | <b>17,93</b> | <b>76,01</b>  | <b>535,45</b>  |
| <b>4 день</b> |                                   |              |              |              |               |                |
| ТТК № 9 С.С.  | Котлета Воздушная                 | 100          | 7,43         | 8,43         | 8,98          | 141,51         |
| № 377         | Овощи тушеные Смесь витаминная    | 178          | 5,84         | 8,46         | 28,40         | 213,10         |
| №457/21       | Чай с сахаром                     | 200          | 0,05         | 0,00         | 9,98          | 40,12          |
|               | Хлеб пшеничный                    | 40           | 3,09         | 0,32         | 19,70         | 94,04          |
|               | Хлеб ржано-пшеничный              | 20           | 1,50         | 0,30         | 7,50          | 38,70          |
|               | <b>Итого за прием</b>             | <b>538</b>   | <b>17,91</b> | <b>17,51</b> | <b>74,56</b>  | <b>527,47</b>  |
| <b>5 день</b> |                                   |              |              |              |               |                |
| №436/04       | Жаркое по-домашнему               | 200          | 13,16        | 17,50        | 24,10         | 306,54         |
| 505/21        | Кисель Витошка с витаминами       | 200          | 0,00         | 0,00         | 24,00         | 96,00          |
|               | Хлеб пшеничный                    | 30           | 2,32         | 0,24         | 14,18         | 68,16          |
|               | Хлеб ржано-пшеничный              | 20           | 1,50         | 0,30         | 7,50          | 38,70          |
|               | Фрукты                            | 100          | 0,40         | 0,40         | 9,60          | 43,60          |
|               | <b>Итого за прием</b>             | <b>550</b>   | <b>17,38</b> | <b>18,44</b> | <b>79,38</b>  | <b>553,00</b>  |
|               | <b>Итого за 5 дней:</b>           |              | <b>89,40</b> | <b>92,63</b> | <b>383,55</b> | <b>2725,47</b> |
|               | <b>В среднем за 1 день:</b>       |              | <b>17,88</b> | <b>18,53</b> | <b>76,71</b>  | <b>545,09</b>  |



|            |                                   |              |               |               |               |                |
|------------|-----------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
|            | <b>7 день</b>                     |              |               |               |               |                |
| 230(2021)  | Каша манная молочная              | 200          | 4,22          | 6,60          | 28,24         | 189,24         |
| ТТК 376    | Блинчики с вареной сгущенкой      | 100          | 5,00          | 7,10          | 15,00         | 143,90         |
| ТТК 358    | Какао Витошка с 13 витаминами     | 200          | 3,90          | 3,10          | 16,16         | 108,14         |
|            | Хлеб пшеничный                    | 30           | 2,32          | 0,24          | 14,18         | 68,16          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный              | 21,7         | 1,63          | 0,32          | 8,13          | 41,92          |
|            | <b>Итого за прием</b>             | <b>551,7</b> | <b>17,07</b>  | <b>17,36</b>  | <b>81,71</b>  | <b>551,36</b>  |
|            | <b>8 день</b>                     |              |               |               |               |                |
| 476/97     | Котлета Домашняя                  | 100          | 6,94          | 9,55          | 10,33         | 155,03         |
| 520/04     | Овощи тушеные Смесь витаминная    | 178          | 5,84          | 8,46          | 28,40         | 213,10         |
| №457/21    | Чай с сахаром                     | 200          | 0,05          | 0,00          | 9,98          | 40,12          |
|            | Хлеб пшеничный                    | 40           | 3,09          | 0,32          | 19,70         | 94,04          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный              | 20           | 1,50          | 0,30          | 7,50          | 38,70          |
|            | <b>Итого за прием</b>             | <b>538</b>   | <b>17,42</b>  | <b>18,63</b>  | <b>75,91</b>  | <b>540,99</b>  |
|            | <b>9 день</b>                     |              |               |               |               |                |
| 235(2021)  | Каша рисовая молочная             | 200          | 4,16          | 6,52          | 32,18         | 204,04         |
| 366/04     | Запеканка из творога со сгущ.мол. | 122          | 5,41          | 8,22          | 16,67         | 162,30         |
| №697(2004) | Кисломолочный напиток             | 180          | 5,22          | 4,50          | 7,02          | 89,46          |
|            | Хлеб пшеничный                    | 33           | 2,55          | 0,22          | 15,60         | 74,58          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный              | 20           | 1,50          | 0,30          | 7,50          | 38,70          |
|            | <b>Итого за прием</b>             | <b>555</b>   | <b>18,84</b>  | <b>19,76</b>  | <b>78,97</b>  | <b>569,08</b>  |
|            | <b>10 день</b>                    |              |               |               |               |                |
| 431/04     | Печень по-строгановски            | 110          | 8,67          | 9,31          | 2,37          | 127,95         |
| 516/04     | Макаронные изделия отварные       | 180          | 5,11          | 5,94          | 26,12         | 178,38         |
| 700/04     | Напиток Клюквенный                | 200          | 0,15          | 0,09          | 16,38         | 66,93          |
|            | Хлеб пшеничный                    | 37,5         | 2,90          | 0,30          | 18,50         | 88,30          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный              | 16           | 1,20          | 0,24          | 6,00          | 30,96          |
|            | Фрукты                            | 120          | 0,40          | 0,40          | 9,60          | 43,60          |
|            | <b>Итого за прием</b>             | <b>663,5</b> | <b>18,43</b>  | <b>16,28</b>  | <b>78,97</b>  | <b>536,12</b>  |
|            | <b>11 день</b>                    |              |               |               |               |                |
| 388/04     | Котлета рыбная                    | 110          | 9,68          | 10,53         | 8,20          | 166,29         |
| 520/04     | Пюре картофельное                 | 180          | 4,86          | 7,20          | 17,04         | 152,40         |
| 495/21     | Напиток из сухофруктов            | 200          | 0,32          | 0,03          | 15,68         | 64,27          |
|            | Хлеб пшеничный                    | 37,5         | 2,90          | 0,30          | 18,50         | 88,30          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный              | 20           | 1,50          | 0,30          | 7,50          | 38,70          |
|            | Фрукты                            | 120          | 0,40          | 0,40          | 9,60          | 43,60          |
|            | <b>Итого за прием</b>             | <b>667,5</b> | <b>19,66</b>  | <b>18,76</b>  | <b>76,52</b>  | <b>553,56</b>  |
|            | <b>Итого за 5 дней:</b>           |              | <b>91,42</b>  | <b>90,79</b>  | <b>392,08</b> | <b>2751,11</b> |
|            | <b>В среднем за 1 день:</b>       |              | <b>18,28</b>  | <b>18,16</b>  | <b>78,42</b>  | <b>550,22</b>  |
|            | <b>Итого за 10 дней:</b>          |              | <b>180,82</b> | <b>183,42</b> | <b>775,63</b> | <b>5476,58</b> |
|            | <b>В среднем за 1 день:</b>       |              | <b>18,08</b>  | <b>18,34</b>  | <b>77,56</b>  | <b>547,66</b>  |

**Примечание:** Допускается замена одного дня другим.