

"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 5-11 классов  
общеобразовательных школ на 2025 уч.год**

2024 г.

**Льготная категория -1 смена**  
**Примерное дотационное цикличное меню на ЗАВТРАКИ**  
**для учащихся 5-11 классов общеобразовательных школ на 2025**  
**уч.год.**

Возрастная категория: 7-11 лет (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	40	3,09	0,32	19,70	94,04
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,81	0,36	9,00	46,48
	<b>Итого за прием</b>	<b>544</b>	<b>18,05</b>	<b>18,94</b>	<b>79,83</b>	<b>561,98</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.	126	5,41	8,22	16,67	162,30
№697(2004)	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,02	89,46
	Хлеб пшеничный	40	3,09	0,32	19,70	94,04
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,81	0,36	9,00	46,48
	<b>Итого за прием</b>	<b>570</b>	<b>19,73</b>	<b>19,70</b>	<b>79,99</b>	<b>576,18</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	60	4,64	0,48	29,60	141,28
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,48	0,50	12,42	64,10
	Кондитерское изделие	28	1,68	4,080	10,68	86,16
	<b>Итого за прием</b>	<b>641</b>	<b>21,50</b>	<b>22,33</b>	<b>90,75</b>	<b>649,97</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	180	5,84	8,46	28,40	213,10
№457/21	Чай с сахаром	200	0,05	0,00	9,98	40,12
	Хлеб пшеничный	50	3,87	0,40	24,70	117,88
	Хлеб ржано-пшеничный	34,4	2,66	0,27	16,99	81,03
	<b>Итого за прием</b>	<b>564,4</b>	<b>19,85</b>	<b>17,56</b>	<b>89,05</b>	<b>593,64</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	40	3,09	0,32	19,70	94,04
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,81	0,36	9,00	46,48
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>564</b>	<b>18,46</b>	<b>18,58</b>	<b>86,40</b>	<b>586,66</b>
<b>6 день</b>						
№443(2004)	Плов из говядины	200	12,60	16,50	40,25	359,90
ТТК 348	Напиток Тюменский тусок	200	0,15	0,90	16,38	74,22
	Хлеб пшеничный	40	3,09	0,32	19,70	94,04
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,81	0,36	9,00	46,48
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>564</b>	<b>18,05</b>	<b>18,48</b>	<b>94,93</b>	<b>618,24</b>
	<b>Итого за 6 дней:</b>		<b>115,64</b>	<b>115,59</b>	<b>520,95</b>	<b>3586,67</b>
	<b>В среднем за 1 день:</b>		<b>19,27</b>	<b>19,27</b>	<b>86,83</b>	<b>597,78</b>

		7 день				
230(2021)	Каша манная молочная	205	4,22	6,60	28,24	189,24
	Блинчики с вареной сгущенкой	100	5,00	7,10	15,00	143,90
685/04	Какао Витошка с 13 витаминами	200	3,90	3,10	16,16	108,14
	Хлеб пшеничный	33	2,55	0,26	16,30	77,74
	Хлеб ржано-пшеничный	18,8	1,41	0,28	7,05	36,36
	<b>Итого за прием</b>	<b>556,8</b>	<b>17,08</b>	<b>17,34</b>	<b>82,75</b>	<b>555,38</b>
		8 день				
476/97	Котлета Домашняя	100	6,94	9,55	10,33	155,03
520/04	Овощи тушеные Смесь витаминная	180	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	30	2,26	0,46	11,30	58,38
	<b>Итого за прием</b>	<b>550</b>	<b>18,18</b>	<b>18,79</b>	<b>79,71</b>	<b>560,67</b>
		9 день				
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)	Кимломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,02	89,46
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,24	14,80	70,64
	Хлеб ржано-пшеничный	22,5	1,69	0,34	8,44	43,58
	<b>Итого за прием</b>	<b>554,5</b>	<b>18,80</b>	<b>19,82</b>	<b>79,11</b>	<b>570,02</b>
		10 день				
431/04	Печень по-строгановски	116,8	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	40	3,09	0,32	19,70	94,04
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,26	0,46	11,30	58,38
	Фрукты	120	0,40	0,40	9,60	43,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>686,8</b>	<b>19,68</b>	<b>16,52</b>	<b>85,47</b>	<b>569,28</b>
		11 день				
388/04	Котлета рыбная	110	9,68	10,53	8,20	166,29
520/04	Пюре картофельное	200	4,86	7,20	17,04	152,40
495/21	Напиток из сухофруктов	200	0,32	0,03	15,68	64,27
	Хлеб пшеничный	40	3,09	0,32	19,70	94,04
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,81	0,36	9,00	46,48
	Кондитерское изделие	15	0,15	0,05	10,15	41,61
	<b>Итого за прием</b>	<b>605</b>	<b>19,91</b>	<b>18,49</b>	<b>79,77</b>	<b>565,09</b>
		12 день				
ТТК № 329	Котлета городская	100	7,95	9,59	3,33	131,43
ТТК 371	Овощи тушеные смесь Гавайская	180	5,84	8,46	38,40	253,10
№457/21	Чай с сахаром	200	0,05	0,00	9,98	40,12
	Хлеб пшеничный	40	1,81	0,36	9,00	46,48
	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>660</b>	<b>17,55</b>	<b>19,11</b>	<b>77,81</b>	<b>553,43</b>
	<b>Итого за 6 дней:</b>		<b>111,20</b>	<b>110,07</b>	<b>484,62</b>	<b>3373,87</b>
	<b>В среднем за 1 день:</b>		<b>18,53</b>	<b>18,34</b>	<b>80,77</b>	<b>562,31</b>
	<b>Итого за 12 дней:</b>		<b>226,84</b>	<b>225,66</b>	<b>1005,57</b>	<b>6960,54</b>
	<b>В среднем за 1 день:</b>		<b>18,90</b>	<b>18,80</b>	<b>83,80</b>	<b>580,04</b>

Примечание: Допускается замена одного дня другим.