

Согласовано:

Утверждано:

Заместитель начальника территориального отдела  
Управления Федеральной службы по надзору в сфере  
защиты прав потребителей и благополучия человека по  
Ставропольскому краю в городе Георгиевске и  
Георгиевском районе

Г.Н. Басова

2023 г.

Директор МОУ «СОШ № 15

«Андреевский»

Ж.И. Чижикова

2023 года

### ПРИМЕРНОЕ

Меню завтраков для обучающихся 5-11-х классов МОУ «СОШ № 15 х. Андреевский»  
на период 2023-2024 учебного года

2-я возрастная группы

Составлено в соответствии: « Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях» / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год.







14	Масло сливочное (крестьянское)МДЖ-72,5%	10	0,08	7,25	0,13	66,06	0,11	0	40	0,02	2,4	3	0	0,02
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,01	67,32	0,048	0	0	0,59	6,9	25,2	9,9	0,57
	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	4,4	3	6,5	70	0,1	12,5	0,2	0,5	15	35	50	0,8
	<b>Итого за прием:</b>	<b>605</b>	<b>44,47</b>	<b>39,86</b>	<b>103,8</b>	<b>951,98</b>	<b>0,398</b>	<b>16,37</b>	<b>143,5</b>	<b>6,58</b>	<b>382,58</b>	<b>406,6</b>	<b>114,07</b>	<b>3,17</b>
	<b>Обед:</b>													
70, 71	Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)	60	0,48	0,08	1,02	6	0,01	6,3	0	0,05	13,78	25,2	8,4	0,17
101	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,05	8,25	0	1,36	26,7	55,97	22,77	0,87
259	Жаркое по-домашнему из говядины	100/280	22,21	24,81	22,74	525,26	0,05	1,47	0	1,47	34,9	246,64	35,25	4,9
377	Чай с лимоном	200	3,01	2,88	15,95	100,6	0,04	1,3	20	0,8	125,7	90	14	0,13
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,12	9,84	46,64	0,05	0	0	0,3	5,6	23,8	7,8	0,49
	Хлеб (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,2	14,01	67,32	0,048	0	0	0,59	6,9	25,2	9,9	0,57
	<b>Итого за прием:</b>	<b>840</b>	<b>30,97</b>	<b>30,8</b>	<b>75,67</b>	<b>831,57</b>	<b>0,248</b>	<b>17,32</b>	<b>20</b>	<b>4,57</b>	<b>213,58</b>	<b>466,81</b>	<b>98,12</b>	<b>7,13</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>75,44</b>	<b>70,66</b>	<b>179,5</b>	<b>1783,55</b>	<b>0,646</b>	<b>33,69</b>	<b>163,5</b>	<b>11,15</b>	<b>596,16</b>	<b>873,41</b>	<b>212,19</b>	<b>10,3</b>
	<b>Пятница 2 неделя</b>													
	<b>Завтрак:</b>													
	Икра свекольная	60	1,42	0,06	13,72	111,18	0,01	3,4	0	7,38	35,53	36,55	18,08	1,02
75	Икра свекольная	100/5	15,3	29,4	15,46	388	0,1	1,04	91,4	3,81	55,54	97,5	20,8	1,42
295	Биточки рубленые из бройлер-цыплят	180	9,96	10,74	44,84	315	0,24	0	45	3,6	29,69	236,6	158,08	5,32
303	Каша гречневая вязкая	200	3,01	2,88	15,95	100,6	0,04	1,3	20	0,8	125,7	90	14	0,13
377	Чай с лимоном	20	1,32	0,12	9,84	46,64	0,05	0	0	0,3	5,6	23,8	7,8	0,49
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,01	67,32	0,048	0	0	0,59	6,9	25,2	9,9	0,57
	Хлеб (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,2	14,01	67,32	0,048	0	0	0,59	6,9	25,2	9,9	0,57
	<b>Итого за прием:</b>	<b>595</b>	<b>32,99</b>	<b>43,4</b>	<b>113,8</b>	<b>1028,74</b>	<b>0,488</b>	<b>5,74</b>	<b>156,4</b>	<b>16,48</b>	<b>258,96</b>	<b>509,65</b>	<b>228,66</b>	<b>8,95</b>
	<b>Обед:</b>													
321	Капуста тушеная	60	1,17	0,95	4,52	31,18	0,02	12,87	-	41,59	30,1	15,49	0,61	0,17
108	Суп картофельный с клбиками	250	8,6	8,4	14,33	167,25	0,1	9,11	15	5,56	45,3	176,52	47,35	1,4
280	Фрикадельки из говядины в соусе сметанном	100/170	13,32	18,11	16	284,8	0,05	0,18	26,09	3,96	37,86	122,84	19,55	8,36
203	Макаронные изделия отварные с маслом	180	5,64	5,99	31,46	202,2	0,06	0	22,14	1,5	12,55	38,8	8,4	0,84
377	Чай с сахаром	200	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,12	9,84	46,64	0,05	0	0	0,3	5,6	23,8	7,8	0,49
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,01	67,32	0,048	0	0	0,59	6,9	25,2	9,9	0,57
	Хлеб (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,2	14,01	67,32	0,048	0	0	0,59	6,9	25,2	9,9	0,57
	<b>Итого за прием:</b>	<b>910</b>	<b>32,16</b>	<b>33,79</b>	<b>105,4</b>	<b>861,39</b>	<b>0,328</b>	<b>24,99</b>	<b>63,23</b>	<b>53,51</b>	<b>152,51</b>	<b>407,05</b>	<b>96,01</b>	<b>12,19</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>65,15</b>	<b>77,19</b>	<b>219,2</b>	<b>1890,13</b>	<b>0,816</b>	<b>30,73</b>	<b>219,6</b>	<b>69,99</b>	<b>411,47</b>	<b>916,7</b>	<b>324,67</b>	<b>21,14</b>
	<b>Итого за весь период:</b>		<b>566,49</b>	<b>589,7</b>	<b>2018</b>	<b>16438,78</b>	<b>8,155</b>	<b>486,8</b>	<b>1785</b>	<b>405,55</b>	<b>5690,1</b>	<b>9892,3</b>	<b>2703,3</b>	<b>145,82</b>
	<b>В среднем 1 день</b>		<b>47,208</b>	<b>49,14</b>	<b>168,1</b>	<b>1369,8983</b>	<b>0,6796</b>	<b>40,56</b>	<b>148,8</b>	<b>33,796</b>	<b>474,18</b>	<b>824,35</b>	<b>225,28</b>	<b>12,151</b>