

«Согласовано»

Директор МБОУ *Засурской с/ш*



«Утверждаю»

ИП Казьменко И.Н.



**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
завтраков для учащихся с ОВЗ  
на 2021-2022 уч. год  
(15 руб.)

Ц на	Номер рецепта	Наименование блюда	Выход	белки	жиры	углеводы	калории
<b>День первый</b>							
12,02	171	Каша манная молочная	180/10/20	12,98	18,9	77,9	433
2,98	376	Чай	180	0,1	00,2	6,2	63
		Итого:		13,08	18,92	84,1	496
<b>День второй</b>							
12,02	174	Каша молочная ячневая	180/10/20	20,38	15,1	72,6	419
2,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		20,48	15,12	78,8	482
<b>День третий</b>							
12,02	401	Оладьи с повидлом (сметаной, сгущёнкой)	100/10	22,85	19,6	81,4	534
2,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		22,95	19,62	87,6	597
<b>День четвертый</b>							
12,02	208	Лапшевик с творогом	100	14,5	12,5	77,1	340
2,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		15,6	12,52	83,3	403
<b>День пятый</b>							
12,02	174	Каша гречневая с маслом, сахаром	180/10/20	12,98	18,9	77,9	433
2,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		13,08	18,92	84,1	496
<b>День шестой</b>							
12,02	209	Лапшевик с творогом	100	14,5	12,5	77,1	340
2,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		15,6	12,52	83,3	403

			<b>День седьмой</b>				
12,02	396	Блины с повидлом (со сгущенным молоком)	80/20	14,9	12,54	82,2	442
2,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		15,0	12,56	88,4	554,2
			<b>День восьмой</b>				
12,02	203	Макароны отварные с маслом, сахаром	180/10/20	19,6	33,3	72,2	585
2,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		20,1	33,36	78,4	697,2
			<b>День девятый</b>				
12,02	173	Каша молочная с крупой «Геркулес»	180/10/20	20,4	17,1	75,6	435
2,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		20,5	17,12	81,8	498
			<b>День десятый</b>				
12,02	171	Каша гречневая с маслом, сахаром	180/10/20	12,98	18,9	77,9	433
2,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		13,8	18,92	84,1	49,6
		Всего:		172,87	179,48	833,9	5273,6
		Средняя:		17,3	17,9	83,4	527,4

Использованы:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений.  
Сборник технических нормативов. Могильный М.П., 2011 г.