



Согласовано
Директор МОУ СОШ № 1

Р.Г.Пронченко

**Примерное десятидневное меню однократного горячего питания
учащихся 1-4 классов (завтрак)**

Наименование	Выход, г	Номер рецептур ы по сборник у, №	Содержание веществ, г			Энерг. Ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		А	Е	С	В1	Fe	Ca	Mg	P
1 день														
Бутерброд с сыром	1/20/40	3	8,74	12,85	17,52	209,15	0,12	0,22	0,19		0,26	250,80	11,16	161,40
Каша молочная с маслом	1/240	4	2,88	2,54	24,44	232,8	0,10	0,00	0,00	0,09	0,52	40,51	19,61	67,30
Какао	1/200	382	3,78	0,67	25,89	125,11	0,00	0,00	1,33	0,02	2,00	133,33	25,56	111,11
Итого:	500					567,06								
2 день														
Кукуруза консервированная	1/60		1,32	0,24	2,61	34,80	0,00	0,00	14,4	0	0,06	126,00	39,00	123,00
Тефтели с соусом	1/60/30	279	7,17	8,65	3,60	115,75	0,01	0,29	0,43	0,02	0,47	21,67	10,65	53,02