

Утверждаю.

Директор школы:

С.Н. Гущина

01.09.2023 г.



Примерное десятидневное меню для обучающихся 5-9 кл. (завтраки)

МБОУ «СОШ с.Япрынцево»

с.Япрынцево

Меню горячих завтраков и обедов для обучающихся 5-9 классов (12-16 лет)

Наименование сборника: "Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста", Новосибирск, 2021

№ рецептуры	Название блюда	Масса, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ценность, ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,1	9,2	38,6	270,3
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	28,8
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Пром.	Батон	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4

