

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора  Шиляпова Е.В.
Приказ от 09.01.2024 г. № 17



**Примерное 10-дневное меню
МОУ «Лицей № 3 им. П.А. Столыпина
г. Ртищево Саратовской области»
на 2023-2024 учебный год
(завтрак 7-11 лет)**

56	Каша манная молочная вязкая	200/5	5,85	8,6	30	213,33	0,67	0,06	0,05	1	90,33	42,8	12,4	138,2
72	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	38	-	-	-	-	0,3	-	0,03	-
2	Батон	45	3,37	1,3	23,13	117,9	-	0,05	-	0,77	8,55	5,85	0,54	29,25
	Итого:	-	-	-	-	369,23	-	-	-	-	-	-	-	-
	День №7 – полдник:													
72	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	38	-	-	-	-	0,3	-	0,03	-
	Кондитерское изделие	100	7,4	9,4	73,1	407	-	0,13	-	3,7	26	30	1,4	84
	Итого:	-	-	-	-	445	-	-	-	-	-	-	-	-
	ИТОГО ЗА 7 ДЕНЬ:													
	День №8 – завтрак:													
58	Каша молочная «Дружба»	200/5	6,2	8,4	32,78	232	0,52	0,11	-	-	124,8	36,36	0,8	-
72	Чай с сахаром	200	-	-	20	38	-	-	-	-	0,3	-	0,03	-
2	Батон	45	3,37	1,3	23,13	117,9	-	0,05	-	0,77	8,55	5,85	0,54	29,25
	Итого:	-	-	-	-	387,9	-	-	-	-	-	-	-	-
	День №8 – полдник:													
72	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	38	-	-	-	-	0,3	-	0,03	-
	Кондитерское изделие	100	7,4	9,4	73,1	407	-	0,13	-	3,7	26	30	1,4	84
	Итого:	-	-	-	-	445	-	-	-	-	-	-	-	-
	ИТОГО ЗА 8 ДЕНЬ:													
	День №9 – завтрак:													
55	Каша ячневая молочная вязкая	200/5	6,9	8	35,7	243,3	0,49	0,13	-	-	143,7	33	0,87	-
72	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	38	-	-	-	-	0,3	-	0,03	-
2	Батон	45	3,37	1,3	23,13	117,9	-	0,05	-	0,77	8,55	5,85	0,54	29,25
	Итого:	-	-	-	-	399,2	-	-	-	-	-	-	-	-
	День №9 – полдник:													
72	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	38	-	-	-	-	0,3	-	0,03	-
	Кондитерское изделие	100	7,4	9,4	73,1	407	-	0,13	-	3,7	26	30	1,4	84
	Итого:	-	-	-	-	445	-	-	-	-	-	-	-	-
	ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ:													
	День №10 – завтрак:													
51	Каша пшеничная молочная вязкая	200/5	8,77	12,9	45	320	1	0,09	0,08	1,5	135,5	64,2	3,6	207,3

