СОГЛАСОВАНО:

Директор

МБОУ СОШ № 18

"_____" _____ 2023

СОГЛАСОВАНО:

Генеральный директор ООО «Фабрика Социального питания »

Д.С. Семякопенко

"30" августа 2023

Примерное десятидневное меню
дополнительных завтраков
для муниципальных общеобразовательных учреждений
г. Белгорода
для возраста обучающихся 7-11 лет

День: первый
Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Дополнительный завтрак						
	Сок	200	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого		1,00	0,20	20,20	86,60

День: второй
Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Дополнительный завтрак						
	Конд. Изд. "Чудо обыкновенное"	55	2,80	16,40	31,60	285,20
	Итого		2,80	16,40	31,60	285,20

День: третий
Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Дополнительный завтрак						
	Сдобное булочное изделие	65	8,45	3,90	32,18	198,90
	Итого		8,45	3,90	32,18	198,90

День: четвертый
Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Дополнительный завтрак						
	Масса творожная	100	7,70	20,70	30,80	340,00
	Итого		7,70	20,70	30,80	340,00

День: пятый
Неделя: первая

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Дополнительный завтрак						
	Фрукт	150	1,40	0,20	14,30	64,60
	Итого		1,40	0,20	14,30	64,60

День: первый
Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Дополнительный завтрак						
	Фрукт	150	1,40	0,20	14,30	64,60
	Итого		1,40	0,20	14,30	64,60

День: второй
Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Дополнительный завтрак						
	Мягкие вафли Яшкино	40	1,60	1,88	11,12	67,80
	Итого		1,60	1,88	11,12	67,80

День: третий
Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Дополнительный завтрак						
	Сдобное булочное изделие	100	4,00	4,70	27,80	170,00
	Итого		4,00	4,70	27,80	170,00

День: четвертый
Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Дополнительный завтрак						
	Йогурт фруктовый	100	5,80	5,00	8,00	100,20
	Итого		5,80	5,00	8,00	100,20

День: пятый
Неделя: вторая

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)
			Б	Ж	У	
Дополнительный завтрак						
	Фрукт	150	1,40	0,20	14,30	64,60
	Итого		1,40	0,20	14,30	64,60