

Утверждаю:  
Директор школы  
Галигузова И. М.  
Приказ № 67 от 30.08.2024 г.



**Меню завтраков для обучающихся  
Грано-Маяковской основной общеобразовательной школы, филиала  
МБОУ «Закладинская средняя общеобразовательная школа»  
на 2024-2025 учебный год  
1-4 класс**

№ рец.	Прием пищи	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)
	наименование блюда	1-4кл				
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>1 неделя</b>						
<b>1 день-завтрак</b>						
436	Жаркое по - домашнему	290	30,35	13,46	26,06	401
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14,00	28
	хлеб	30	2,4	0,75	15,84	81
	Фрукты свежие (банан)	200	2,18	0,66	45,68	178
			<b>35,13</b>	<b>14,87</b>	<b>101,58</b>	<b>688,00</b>
<b>2 день - завтрак</b>						
304	плов из мяса птицы	260	25,38	21,25	44,61	471,25
868	Компот из сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
	хлеб	30	2,4	0,75	15,84	81
	Овощная нарезка (свежие огурцы)	75	0,49	0,08	2,72	11
			<b>28,31</b>	<b>22,08</b>	<b>87,93</b>	<b>657,45</b>
<b>3 день - завтрак</b>						
694	Картофельное пюре	200	4,08	6,40	27,26	183,00
608	котлета	100	15,53	11,55	15,70	228,75
377	Чай с лимоном	200/7	9,02	2,28	15,42	114,66
	хлеб	30	2,4	0,75	15,84	81
	Свежие фрукты (яблоко)	200	0,47	0,31	25,11	95,00
			<b>31,5</b>	<b>21,29</b>	<b>99,33</b>	<b>702,41</b>
<b>4 день - завтрак</b>						
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8
286	Тефтели мясные (биточки)	100	14,73	16,14	18,62	278,75
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14,00	28
	Сыр порцион.	15	3,48	4,43	0,00	54,60
	хлеб	30	2,4	0,75	15,84	81
			<b>35,31</b>	<b>22,62</b>	<b>82,26</b>	<b>647,15</b>

<b>5 день - завтрак</b>						
390	Каша молочная манная	250	7,8	7,62	24,62	198,30
383	Какао с молоком	200	3,67	2,6	25,09	138,40
	хлеб	30	2,4	0,75	15,84	81
94	Бутерброд хлеб с маслом	30/10	5,38	10,5	16,11	147,00
			<b>19,25</b>	<b>21,47</b>	<b>81,66</b>	<b>564,7</b>
<b>2 неделя</b>						
<b>1 день – завтрак</b>						
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,29	5,70	16,99	148,50
377	Чай с лимоном	200/7	9,02	2,28	15,42	114,66
3	Бутерброд с сыром и маслом	30/15/5	5,8	8,3	14,83	157,00
	хлеб	30	2,4	0,75	15,84	81
	Свежие фрукты (апельсин)	200	1,88	0,24	23,5	94,00
			<b>26,39</b>	<b>17,27</b>	<b>86,58</b>	<b>595,16</b>
<b>2 день – завтрак</b>						
54-8р	Мясо по- купечески	250	13,08	36,8	31,85	517
874	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,2	0,00	32,60	132
	хлеб	30	2,4	0,75	15,84	81
	Сыр порцион.	15	3,48	4,43	0,00	54,60
			<b>19,16</b>	<b>41,98</b>	<b>80,29</b>	<b>784,6</b>
<b>3 день – завтрак</b>						
202	Макароны отварные	200	7,28	7,71	40,61	260,95
608	котлета	100	15,55	11,55	15,70	228,75
868	Компот из с/ф	200	0,04	0,00	24,76	94,20
	хлеб	30	2,4	0,75	15,84	81
	Овощная нарезка (томаты)	60	0,53	0,12	2,35	11
			<b>25,80</b>	<b>20,13</b>	<b>99,26</b>	<b>775,16</b>

**4 день – завтрак**

694	Картофельное пюре	200	4,08	6,40	27,26	183,00
229	Рыба припущенная с овощами (минтай)	100	14,62	7,42	5,7	157,5
377	Чай с лимоном	200/7	9,02	2,28	15,42	114,66
	хлеб	30	2,4	0,75	15,84	81
	Овощная нарезка (огурцы)	75	0,49	0,08	2,72	11
			<b>30,61</b>	<b>16,93</b>	<b>66,94</b>	<b>547,16</b>

**5 день – завтрак**

173	Каша молочная рисовая	250	9,7	12,5	54,4	370,00
383	Какао с молоком	200	3,67	2,6	25,09	138,40
	хлеб	30	2,4	0,75	15,84	81
94	Бутерброд хлеб с маслом	30/10	5,38	10,5	16,11	147,00
			<b>21,15</b>	<b>26,35</b>	<b>111,44</b>	<b>736,40</b>