



Утверждаю:
 Директор МБОУ Кинделинская СОШ
 Д.В.Карлушкин

**Меню с 17 по 21 февраля 2025 г
 для 5-11 классов МБОУ Кинделинская СОШ**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры (12-18 л.)
			Белки	Жиры	Углевод		
День 8. 17.02.2025							
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,4	11,4	32,5	359,9	54-6к-2020
	Какао с молоком	200	3,6	3,4	12,5	107,2	54-21гн-2020
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	54-4гн-2020
Итого за Завтрак		445	15,4	15,2	67,1	572,6	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры (12-18 л.)
			Белки	Жиры	Углевод		
День 9 18.02.2025							
Завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	200	6,6	7,1	35,7	242,1	54-21к-2020
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	107,2	54-21гн-2020
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	54-4гн-2020
Итого за Завтрак		445	10,2	7,5	64,2	454,8	
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры (12-18 л.)
			Белки	Жиры	Углевод		
День 10 19.02.2025							
Завтрак	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,9	15,9	49,7	384,9	54-10к-2020
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн-2020
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	54-4гн-2020
Итого за Завтрак		445	12,6	16,3	78,5	518,3	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры (12-18 л.)
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1 20.02.2025	Каша "Дружба"	200	6,2	8,7	29,9	222,5	54-1з-2020
	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,4	8,6	53,5	54-16к-2020
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	54-4гн-2020
	Итого за Завтрак	425	9,9	10,3	50,2	330	Пром.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры (12-18 л.)
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2 21.02.2025	Каша "Янтарная" (пшено с яблоком)	200	9,8	16,43	50,44	363,12	269
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн-2020
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	54-4гн-2020
	Итого за Завтрак	425	12,2	16,63	68,84	445,02	