
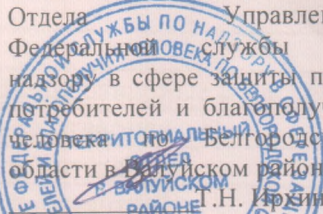
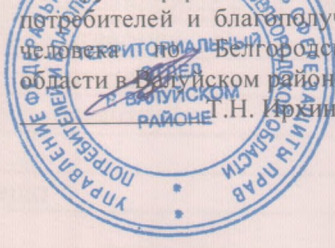



Согласовано:

Начальник Территориального  
Отдела     
Управления  
Федеральной службы по  
надзору в сфере защиты прав  
потребителей и благополучия  
человека в Белгородской  
области в Беловском районе:  
Г.Н. Ирушиа

Утверждаю:  
ООО «Север»

 О.Е. Гладышева



Утверждаю:

Директор  
«Харьковская  
общеобразовательная

МБОУ  
средняя  
школа»



Примерное меню для школьных завтраков  
на 1 полугодие 2020 – 2021 учебного года  
для обучающихся с 7 до 11 лет

1	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>1 день</b> Завтрак							
1	Макароны отварные с маслом	1/150/5	6-40	5,47	4,17	33,25	196,30
2	Колбаса отварная	1/60	22-85	6,2	12,08	0,1	133,56
3	Соус томатный	1/40	2-50	0,4	1,77	2,4	28,0
4	Хлеб пшеничный	1/30	2-25	2,37	0,3	14,19	64,08
5	Мёд	1/10	3-00	0	0	8,03	32,8
6	Молоко	1/200	13-00	5,6	6,4	9,4	116,0
<b>Итого</b>			<b>50-00</b>	<b>20,04</b>	<b>24,72</b>	<b>67,37</b>	<b>570,74</b>
<b>2 день</b> Завтрак							
1	Каша пшеничная	1/150/5	7-40	6,96	3,9	41,1	219,0
2	Сосиска отварная	1/60	24-85	6,6	14,34	0,24	156,6
3	Соус томатный	1/40	2-50	0,4	1,77	2,4	28,0
4	Хлеб пшеничный	1/30	2-25	2,37	0,3	14,19	64,08
5	Мёд	1/10	3-00	0	0	8,03	32,8
6	Молоко	1/150	10-00	4,2	4,8	7,05	87,0
<b>Итого</b>			<b>50-00</b>	<b>20,53</b>	<b>25,11</b>	<b>73,01</b>	<b>587,48</b>
<b>3 день</b> Завтрак							
1	Оладьи со сгущенным молоком	1/150/20	26-00	6,77	7,46	37,0	325,55
2	Мёд	1/10	3-00	0	0	8,03	32,8
3	Молоко	1/200	13-00	5,6	6,4	9,4	116,0
4	Яблоко	1/100	8-00	0,4	0,4	9,8	47,0
<b>Итого</b>			<b>50-00</b>	<b>12,77</b>	<b>14,26</b>	<b>64,23</b>	<b>521,35</b>
<b>4 день</b> Завтрак							
1	Запеканка творожная	1/120	34-00	13,65	9,03	9,92	181,32
2	Мёд	1/10	3-00	0	0	8,03	32,8
3	Молоко	1/200	13-00	5,6	6,4	9,4	116,0
<b>Итого</b>			<b>50-00</b>	<b>19,25</b>	<b>15,43</b>	<b>27,35</b>	<b>330,12</b>
<b>5 день</b> Завтрак							
1	Каша гречневая с маслом	1/150/5	7-40	8,4	4,45	52,11	334,8
2	Колбаса отварная	1/60	24-85	6,2	12,08	0,1	133,56
3	Соус томатный	1/40	2-50	0,4	1,77	2,4	28,0
4	Хлеб пшеничный	1/30	2-25	2,37	0,3	14,19	64,08
5	Мёд	1/10	3-00	0	0	8,03	32,8
6	Молоко	1/150	10-00	4,2	4,8	7,05	87,0
<b>Итого</b>			<b>50-00</b>	<b>21,57</b>	<b>23,4</b>	<b>83,88</b>	<b>680,24</b>
<b>6 день</b> Завтрак							
1	Макароны отварные с маслом и сыром	1/150/ 5/15	22-00	9,33	11,17	26,26	246,7
2	Мёд	1/10	3-00	0	0	8,03	32,8
3	Молоко	1/200	13-00	5,6	6,4	9,4	116,0
4	Яблоко	1/150	12-00	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого</b>			<b>50-00</b>	<b>24,53</b>	<b>20,3</b>	<b>75,88</b>	<b>583,28</b>
<b>7 день</b> Завтрак							
1	Каша пшенная с маслом	1/150/5	7-50	6,6	4,92	37,08	223,2
2	Фрикадельки, тушеные в томатном соусе	1/50/30	24-25	9,96	8,68	7,18	147,2
3	Хлеб пшеничный	1/30	2-25	2,37	0,3	14,19	64,08
4	Мёд	1/10	3-00	0	0	8,03	32,8
5	Молоко	1/200	13-00	5,6	6,4	9,4	116,0
<b>Итого</b>			<b>50-00</b>	<b>24,53</b>	<b>20,3</b>	<b>75,88</b>	<b>583,28</b>
<b>8 день</b> Завтрак							
1	Овощи тушеные	1/120	7-40	1,68	4,34	9,67	84,9
2	Сосиска отварная	1/60	24-85	6,6	14,34	0,24	156,6

1	2	3	4	5	6	7	8
3	Соус томатный	1/40	2-50	0,4	1,77	2,4	28,0
4	Хлеб пшеничный	1/30	2-25	2,37	0,3	14,19	64,08
5	Мёд	1/10	3-00	0	0	8,03	32,8
6	Молоко	1/150	10-00	4,2	4,8	7,05	87,0
<b>Итого</b>			<b>50-00</b>	<b>15,25</b>	<b>25,55</b>	<b>41,58</b>	<b>453,38</b>
<b>9 день</b>		<b>Завтрак</b>					
1	Запеканка творожная	1/120	34-00	13,65	9,03	9,92	181,32
2	Мёд	1/10	3-00	0	0	8,03	32,8
3	Молоко	1/200	13-00	5,6	6,4	9,4	116,0
<b>Итого</b>			<b>50-00</b>	<b>19,25</b>	<b>15,43</b>	<b>27,35</b>	<b>330,12</b>
<b>10 день</b>		<b>Завтрак</b>					
1	Макаронны отварные с маслом	1/150/5	6-40	5,47	4,17	33,25	196,30
2	Колбаса отварная	1/60	22-85	6,2	12,08	0,1	133,56
3	Соус томатный	1/40	2-50	0,4	1,77	2,4	28,0
4	Хлеб пшеничный	1/30	2-25	2,37	0,3	14,19	64,08
5	Мёд	1/10	3-00	0	0	8,03	32,8
6	Молоко	1/200	13-00	5,6	6,4	9,4	116,0
<b>Итого</b>			<b>50-00</b>	<b>20,04</b>	<b>24,72</b>	<b>67,37</b>	<b>570,74</b>