



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГОУ ТО

"Новомосковский центр"

(И.В. Саяпина)

" июля 2023г.

Приложение № 1 к приказу

от "14" июля 2023г № 29-9.

Меню приготавливаемых блюд
Государственного общеобразовательного учреждения Тульской области
"Новомосковский областной центр образования"
с 01 сентября 2023 г по 31 мая 2024г

Возрастная категория: 7-11 лет(обучающиеся 1-4 кл. ГП; дети-сироты,дети проживающие от 7 до 11 лет ГП)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
НЕДЕЛЯ 1							
День 1							
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	185	11,94	13,11	5,89	189,4	54-2о-2020
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,8	54-2гн-2020
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,60	95	2
	Яблоко	120	0,5	0,5	11,80	56,4	112
	Зефир	35	0,3	0	27,9	113,2	3
Итого за завтрак		580	16,13	14,05	71,61	480,8	
День 2							
Завтрак	Свекла отварная дольками	60	0,92	0,06	5,24	25,2	54-28з-2020
	Масло сливочное(порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	53-19з-2020
	Котлета рыбная любительская(треска)	90	11,58	3,5	5,48	99,6	54-13р-2020
	Макароны отварные	160	5,67	5,25	34,99	209,92	54-1г-2020
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,9	54-3гн-2020

	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,2	1
Итого за завтрак		550	20,9	16,41	67,15	499,92	
День 3							
Завтрак	Салат из моркови и яблок	70	0,64	7,11	5,01	86,6	54-11з-2020
	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,32	10,12	37,64	274,9	54-6к-2020
	Кофейный напиток с молоком	200	3,87	2,86	11,19	86	54-23гн-2020
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,2	1
Итого за завтрак		500	15,23	20,39	68,54	518,7	
День 4	Запеканка из творога с морковью	150	15,59	9,15	26,23	249,4	54-2т-2020
Завтрак	Какао с молоком	200	4,68	3,52	12,5	100,4	54-21гн-2020
	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38	112
	Молоко сгущенное с сахаром	20	1,44	1,7	11,10	65,6	481
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,2	1
Итого за завтрак		500	24,91	14,87	72,03	524,6	
День 5							
Завтрак	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,69	4,56	45,6	54-13з-2020
	Биточек из курицы	90	17,18	3,88	12,04	151,8	54-23м-2020
	Макароны отварные	150	5,32	4,92	32,8	196,8	54-1г-2020
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,9	54-3гн-2020
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,60	95	2
Итого за завтрак		540	26,75	11,94	75,61	517,1	
День 6							
Завтрак	Помидор в нарезке	60	0,66	0,12	2,28	12,8	54-3з-2020
	Омлет с сыром	150	19,01	25,3	3,02	315,8	54-4о-2020
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,8	54-2гн-2020
	Апельсин	160	1,44	0,32	12,96	68,8	112
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,2	1
Итого за завтрак		600	23,7	26,08	39,38	495,4	
День 7							
Завтрак	Масло сливочное(порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2	53-19з-2020
	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,28	5,42	28,66	184,5	54-25.1к-2020
	Кофейный напиток с молоком	200	3,87	2,86	11,19	86	54-23гн-2020
	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38	112

	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,60	95	2
Итого за завтрак		560	13,31	23,38	67,21	535,7	
День 8							
Завтрак:	Запеканка из творога	150	29,66	10,67	21,65	301,2	54-1т-2020
	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	54-4гн-2020
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	112
	Молоко сгущенное с сахаром	20	1,44	1,7	11,10	65,6	481
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,2	1
Итого за завтрак		500	35,5	14,17	65,95	535,9	
День 9	Икра морковная	100	2,12	7,13	10,14	113,1	54-12з-2020
Завтрак:	Макароны отварные с сыром	170	8,97	7,74	32,48	235,4	54-3г-2020
	Сок яблочный	200	1	0,2	0,2	92	518
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,2	1
Итого за завтрак		500	14,49	15,37	57,52	511,7	
День 10							
Завтрак:	Салат из моркови и яблок	80	0,73	8,13	5,73	98,97	54-11з-2020
	Котлета из курицы	90	17,18	3,88	12,04	151,8	54-5м-2020
	Рагу из овощей	150	2,87	7,48	13,63	133,4	54-9г-2020
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,9	54-3гн-2020
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,2	1
Итого за завтрак		550	23,43	19,84	52,71	483,27	
Среднее значение за период:		538,00	21,44	17,65	63,77	510,31	

ПРОНУМЕРОВАНО, ПРОШНУРОВАНО И СКРЕПЛЕНО
ПЕЧАТЬЮ

3 (три) ЛИСТОВ

ДИРЕКТОР ГОУ ТО «НОВОМОСКОВСКИЙ ЦЕНТР»

И.В. САЯПИНА

