

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ

СПШ №1 г. Сычевки Смоленской обл.

М.В.Ефимова

Приказ от 02.09.2024 г.

«02» сентября 2024 г.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя школа №1 г. Сычевки Смоленской области

Примерное десятидневное меню 1-4 классы (обеды)

Составлено с учетом санитарно-эпидемиологических требований к организации питания СанПиН 2.4.2.2821-10 и методических рекомендаций по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций МР 2.4.0179 – 20 от 18 мая 2020 г.

Осенне – зимний период

дата	наименование блюда	масса порции гр	пищевые вещества (г)				энергетическа я ценность (ккал)							
			белки	жиры	углево ды	Ca		Mg	P	Fe	B1	C	A	
1 день	Обед													
	Суп картофельный с горохом и курицей	250/25	1,9	4,6	7,8		128	42,33	21,40	50,35	0,39	0,01	18,36	0,23
	Макаронные изделия с сыром и маслом	150/16/5	4,0	5,0	26,00		139	27,42	36,5	95,00	1,7	0,16	0,54	0,08
	Чай с сахаром	200	0,4	0,0	31,8		129	31,9	8,00	15,4	1,26	0,02	0,4	0,24
	Хлеб «Урожайный»	50	6	1	44		103	11,50	16,50	43,50	1,00	0,08	0,00	0,00
	Итого:						499							
2 день	Обед													
	Суп картофельный с вермишелью и курицей	250/25	7,0	5,0	14,9		133	24,26	37,26	124,86	1,93	0,14	11,39	0,23
	Запеканка творожная с новидлом	150/25	15,8	10,4	16,67		232	226,4	48,92	344,91	0,84	0,09	0,74	0,33
	Чай с сахаром	200	0,5	0,0	15,3		63	6,00	0,00	0,00	0,40	1,00	0,00	0,00
	Хлеб «Урожайный»	50	6	1	44		103	11,50	16,50	43,50	1,00	0,08	0,00	0,00
	Итого:						531							

