

«Согласовано»

«Утверждаю»

Директор МКОУ

Генеральный директор

«Центр образования № 10»

ООО «КИМПРОД»

  
Е.В. Криворучко



  
И.С. Павликов



**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ**

**Льготные категории ( Дети ТЖС, инвалиды, участников СВО)**

**г. Новомосковска и Новомосковского района**

**на 2025 год**

## Примерное двухнедельное меню для обучающихся

льготные категории дети тжс, инвалиды, овз, малоимущие, с во

День	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>1 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Каша из крупы «Геркулес» вязкая	г	150	6,170	6,670	23,330	177,330
	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,800	2,500	13,600	88,000
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
	<b>Итого завтрак: 34,53</b>		<b>370,000</b>	<b>10,470</b>	<b>9,750</b>	<b>47,210</b>	<b>317,730</b>
<b>2 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Запеканка из творога	г	100	15,90	7,70	15,00	194,000
	Чай с лимоном	г	200	0,300	0,100	9,500	40,000
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>320,000</b>	<b>17,700</b>	<b>8,380</b>	<b>34,780</b>	<b>286,400</b>
<b>3 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Каша рисовая вязкая	г	150	4,330	4,750	27,000	173,690
	Какао с молоком	г	200	3,300	2,900	13,800	94,000
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
	<b>Итого завтрак:</b>	г	<b>370,000</b>	<b>9,130</b>	<b>8,230</b>	<b>51,080</b>	<b>320,090</b>
<b>4 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Омлет натуральный	г	100	8,670	13,330	2,130	164,000
	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,800	2,500	13,600	88,000
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
	<b>Итого завтрак:</b>	г	<b>320</b>	<b>12,97</b>	<b>16,410</b>	<b>26,01</b>	<b>304,400</b>
<b>5 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Макаронны отварные с сыром	г	140	8,280	7,080	21,820	276,710
	Чай с сахаром	г	200	0,200	0,100	9,300	38,000
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
	<b>Итого завтрак:</b>	г	<b>360,000</b>	<b>9,980</b>	<b>7,760</b>	<b>41,400</b>	<b>367,110</b>
<b>6 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Каша "Дружба"	г	150	4,170	5,000	20,080	172,500
	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,800	2,500	13,600	88,000
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>370,000</b>	<b>8,470</b>	<b>8,080</b>	<b>43,960</b>	<b>312,900</b>
<b>7 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Запеканка из творога	г	100	15,900	7,700	15,000	194,000
	Чай с сахаром	г	200	0,200	0,100	9,300	38,000
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
	<b>Итого завтрак:</b>	г	<b>320</b>	<b>17,600</b>	<b>8,380</b>	<b>34,580</b>	<b>284,400</b>
<b>8 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Омлет натуральный	г	100	8,670	13,330	2,130	164,000
	Какао с молоком	г	200	3,300	2,900	13,800	94,000
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>320</b>	<b>13,470</b>	<b>16,810</b>	<b>26,210</b>	<b>310,400</b>
<b>9 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Макаронны отварные с сыром	г	140	8,28	7,08	21,82	276,710
	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,800	2,500	13,600	88,000
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
	<b>Итого завтрак:</b>	г	<b>360,000</b>	<b>12,580</b>	<b>10,160</b>	<b>45,700</b>	<b>417,110</b>
<b>10 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Каша рисовая вязкая	г	150	4,330	4,750	27,000	173,690
	Чай с лимоном	г	200	0,300	0,100	9,500	40,000
	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>370</b>	<b>6,130</b>	<b>5,430</b>	<b>46,780</b>	<b>266,090</b>