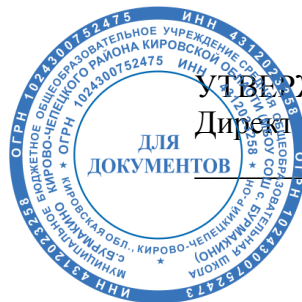


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с. Бурмакино  
Кирово-Чепецкого района Кировской области



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ с. Бурмакино

Е.А. Кашина

# ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

**Сезон: весенне - летний**

**Категория детей: с 7 до 11 лет**

**Количество приемов пищи: 1 (завтрак)**

При составлении примерного двухнедельного меню для школьников с 7 лет и старше использованы сборники:

- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьного питания.

г. Уфа 2010 год

- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений.

г. Пермь 2008 год





















МБОУ СОШ с.Бурмакино Кирово-Чепецкого района Кировской области



Утверждаю:  
Директор школы *Е.А. Кашина* Кашина Е.А.

День: девятый Неделя: вторая Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рецепта	Прием пищи наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
№22-2010	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,92	6,00	5,58	84,60	0,05	1,91	9,00	2,74	9,53	40,00	11,02	0,47
№113-2010	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,12	5,78	28,65	198,00	0,15	0,85	29,50	0,98	53,00	186,05	131,00	3,98
№189-2008.	Котлеты/биточки из говядины	90	13,73	15,06	7,38	227,25	0,09	0,00	0,06	0,74	14,99	155,91	24,08	2,46
№149-2010	Соус томатный	50	0,50	2,20	3,00	34,00	0,01	1,00	10,62	0,05	2,55	7,08	3,60	0,16
№184-2010	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	13,70	53,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,40
№284-2008Спб	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,27	130,50	0,00	0,00	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30
	<b>итого завтрак</b>		<b>25,72</b>	<b>29,91</b>	<b>73,58</b>	<b>727,35</b>	<b>0,30</b>	<b>3,76</b>	<b>49,18</b>	<b>4,51</b>	<b>86,17</b>	<b>408,54</b>	<b>173,60</b>	<b>7,77</b>
	<b>итого обед</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>25,72</b>	<b>29,91</b>	<b>73,58</b>	<b>727,35</b>	<b>0,30</b>	<b>3,76</b>	<b>49,18</b>	<b>4,51</b>	<b>86,17</b>	<b>408,54</b>	<b>173,60</b>	<b>7,77</b>



