

Дотационное цикличное меню на завтраки для учащихся 1-4 классов на 2024 год

ПОНЕДЕЛЬНИК

День 1

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
49, 413	Колбаски детские отварные с макаронными изделиями отварными с сыром	302	146,75	386	15	19	39
357	Напиток Витошка	200	15,80	74	0	0	19
	Хлеб пшеничный	37	1,90	88	3	0	19
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,15	39	2	0	8



ВТОРНИК

День 2

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
366	Запеканка из творога со сметаной	185	115,50	317	13	15	34
685	Чай с сахаром	200	2,75	40	0	0	10
	Хлеб пшеничный	37	1,90	88	3	0	19
	Продукт йогуртовый	100	44,66	82	2	4	11
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,15	39	2	0	8



СРЕДА
День 3

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
300, 21	Птица, запеченная в сметанном соусе, с кашей гречневой и овощами	320	117,00	369	15	18	44
348	Напиток из смеси Тюменский туесок	200	19,55	67	0	0	16
	Хлеб пшеничный	37	1,90	88	3	0	19
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,15	39	2	0	8
	Фрукт	100	26,00	44	0	0	10



ЧЕТВЕРГ
День 4

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
156	Котлета по-волжски с пюре картофельным	317	150,40	434	15	19	51
360	Напиток из смеси ягод Я-Яшка	200	11,90	50	0	0	12
	Хлеб пшеничный	37	1,90	88	3	0	19
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,15	39	2	0	8



ПЯТНИЦА
День 5

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
444	Плов по-узбекски	200	120,25	339	14	14	41
	Сок фруктовый	200	29,31	46	0	0	11
	Хлеб пшеничный	37	1,90	88	3	0	18
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,15	39	2	0	7
78	Икра морковная	100	16,40	116	2	8	9



ПОНЕДЕЛЬНИК
День 7

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
719	Пельмени промышленного производства с маслом сливочным и сметаной	200	124,05	353	14	16	37
685	Чай с сахаром	200	2,75	40	0	0	10
	Хлеб пшеничный	37	1,90	88	3	0	19
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,15	39	2	0	8
	Фрукт	100	36,00	44	0	0	10



ВТОРНИК
День 8

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
366	Запеканка из творога с молоком сгущенным	190	119,45	359	14	14	44
685	Чай с сахаром	200	2,75	40	0	0	10
	Хлеб пшеничный	37	1,90	88	3	0	19
	Молоко Агуша	200	40,04	53	3	3	5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,15	39	2	0	8



СРЕДА
День 9

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
9, 49	Котлета Воздушная с маслом сливочным с макаронными изделиями отварными с сыром	316	156,90	457	16	20	54
686	Чай с лимоном	200	5,35	41	0	0	10
	Хлеб пшеничный	37	1,90	88	3	0	19
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,15	39	2	0	8



ЧЕТВЕРГ
День 10

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
431, 520	Печень по-строгановски с пюре картофельным	310	109,65	322	13	15	35
348	Напиток из смеси Тюменский туюсок	200	19,55	67	0	0	16
	Хлеб пшеничный	37	1,90	88	3	0	19
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,15	39	2	0	8
50	Салат из свеклы с сыром	100	33,30	110	4	8	6



ПЯТНИЦА
День 11

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
4	Каша молочная Дружба с маслом сливочным	200	35,50	210	5	7	31
358	Какао Витошка с 13 витаминами	200	31,65	144	4	3	25
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,15	39	2	0	8
1	Бутерброд с сыром	70	54,55	139	8	6	15
	Фрукт	100	42,85	44	0	0	10

