

СОГЛАСОВАНО

Руководитель Управления
Роспотребнадзора

в сфере защиты прав потребителей
и безопасности в Свердловской области



О.А. Фунтунцова
Для
Документов

РАЗРАБОТАНО

Индивидуальный предприниматель
Екатерина
Сергеевна

Е.С. Валуева



Общество с ограниченной ответственностью «Аллегра»

Директор
«Аллегра»
Н.В. Кузнецова



УТВЕРЖДЕНО

МАОУ СОШ № 14

г. Южно-Сахалинска



Иванова Наталья Р.В.

г. Южно-Сахалинска

Перспективное 24-дневное меню

для учащихся с 7 до 10 лет (3-х разовое питание), обучающихся в общеобразовательных учреждениях г. Южно-Сахалинска (МАОУ СОШ № 3, 6, 11, 19, 20, 26, 31, 8, 13, 32; МАОУ НОШ № 7; МАОУ Гимназия № 1, 2, 3; МАОУ Лицей № 1, 2; МАОУ "Восточная гимназия"; МБОУ СОШ № 1, 4, 5, 16, 18, 22, 23, 30, 34; Кадетская школа; МБОУ НОШ № 21; МБОУ ООШ № 14; МБОУ «Коррекционная школа «Надежда»)

Приём пищи/наименование блюда	Химический состав					Витамины					Минеральные вещества				
	Нетто	Б., г	Ж., г	У., г	Кккал	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	Mg		
НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ															
День 1															
Завтрак															
Масло сливочное (порциями)	10	0,05	5,25	0,08	47,77	0,00	0,00	59,00	0,10	0,02	1,20	1,90	0,00		
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	200/10	12,64	11,06	44,32	212,00	0,20	1,56	83,00	1,00	2,39	170,86	200,00	47,42		
Выпечка	60	2,60	12,83	35,00	180,87	0,02	0,00	0,11	0,60	0,80	17,00	41,00	9,00		
Чай с сахаром	200/15	0,08	0,00	15,13	60,78	0,00	0,04	0,00	0,00	0,35	4,56	3,09	2,15		
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,00	0,30	3,30	24,00	16,50	12,00		
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	61,50	0,03	0,00	0,00	0,33	0,33	6,00	19,50	4,20		
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0,051	0	0	0	1,17	8,7	45	14,1		