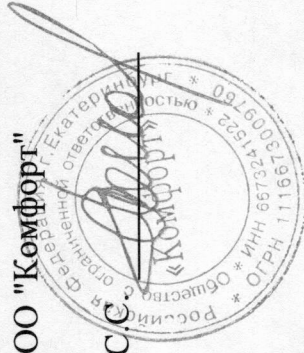


Утверждаю

Директор ООО "Комфорт"

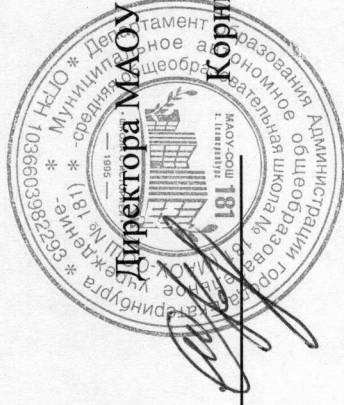
Поматиллов С.С.



Согласовано

Директора МАOU СОШ № 181

Корнильцева М.С.



Примерное меню завтраков (1 смена) на 10 дней для общеобразовательных учреждений
города Екатеринбурга (все районы города) в 2024-2025 году

(возрастная группа с 7 до 11 лет)

Период действия меню: с 01.09.2025 по 31.12.2025

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ завтраков для детей от 7 до 11 лет

№	Наименование блока	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	B1, мг

Понедельник, первая неделя

Завтрак

[illegible]

Соотношение Б:Ж:У	1:1:1,5,2
Соотношение Са:Р	1,1:1

Вторник, первая неделя

Завтрак

[illegible]

Соотношение Б:Ж:У	1:1,2:2,4
Соотношение Са:Р	1:1,3

Завтрак

Завтрак																	
1/57	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 20/10/10 г (батон витаминизированный)	40	5,14	2,35	11,15	0,16	10,28	148,51	92,51	6,17	64,68	0,33	64,68	73,80	0,37	0,03	0,07
2/62/1	Каша молочная жидкая геркулесовая с маслом сливочным и курагой	230	6,76	5,63	9,01	2,09	36,01	245,48	250,60	68,31	271,39	1,45	68,63	76,23	0,62	0,20	1,02
12/2	Соус из малины	40	0,19	0,00	0,12	0,12	0,48	48,19	9,88	4,93	8,98	0,30	0,00	7,79	0,14	0,00	2,36
11/51	Какао с молоком	200	3,64	2,90	2,73	0,60	11,30	96,57	110,63	26,97	101,09	0,90	12,00	22,12	0,01	0,03	0,52
-	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	0,20	0,28	0,04	0,00
Итого за 'Завтрак'		530	17,05	10,88	23,25	3,21	66,41	577,43	470,62	115,78	477,74	3,76	145,31	180,14	1,42	0,30	3,97
Итого за день			17,05	10,88	23,25	3,21	66,41	577,43	470,62	115,78	477,74	3,76	145,31	180,14	1,42	0,30	3,97
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	0,00	79,00	0,00	335,00	2350,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	700,00	0,00	1,40	60,00
Выполнение, %			22,14	0,00	29,43	0,00	19,82	24,57	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	25,73	0,00	21,43	6,62
Содержание, % от калорийности			11,00		29,00		60,00										
Соотношение Б:Ж:У			1:1,2:5,5														
Соотношение Са:Р			1:1,2														

Четверг, первая неделя

[illegible]

Завтрак

1:1,2:4,6
0,04

Понедельник, вторая неделя

1:1,2:5,3
1:1,2

[illegible][illegible]

Завтрак

Соотношение Б:Ж:У	1,3:1:5,8
Соотношение Са:Р	1:1,5

Завтрак

Соотношение Б:Ж:У	1:1,5:5,1
Соотношение Са:Р	1:1,1