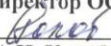


Согласовано с Территориальным
Отделом Управления
Роспотребнадзора по
Тюменской области в г. Тобольске,
Тобольском, Вагайском, Уватском,
Ярковском районах

«» Г.Г.Примаков
2020 г.



Утверждаю
директор ООО «Стимул»


А.Н. Колобова



Примерное меню питания экспресс-завтраками для учащихся МАОУ Сетовская СОШ
на 2021 учебный

п. Сетово
2020 год

День	Меню на день	Масса, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
------	--------------	----------	----------	---------	-------------	-------------------------------

1 день	Сдоба, обогащенная микронутриентами	1/50	3,8	3,1	28,2	157
	Напиток «Золотой шар»	200	0,58	0,18	29,35	115,43
	Итого		4,38	3,28	57,55	272,43
2 день	Шаньга картофельная	1/60	3,42	5,54	20,67	123,60
	Чай с лимоном	200,7	0,3	-	15,2	60
	Итого		3,72	5,54	35,87	183,60
3 день	Пирожное «Персик»	1/50	3,20	5,67	32,27	288
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58
	Итого		3,40	5,67	47,27	346
4 день	Сдоба, обогащенная микронутриентами	1/50	3,8	3,1	28,2	157,00
	Компот из изюма	200	0,4	-	27,4	106
	Итого		4,2	3,1	55,6	263
5 день	Крендель сахарный	1/50	3,15	11,3	23,23	155,25
	Чай с лимоном	200,7	0,3	-	15,2	60
	Итого		3,45	11,3	38,43	161,25
6 день	Корж молочный	1/75	6,7	2,5	24,3	264
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58
	Итого		6,9	2,5	39,3	322
7 день	Сдоба, обогащенная микронутриентами	1/50	3,8	3,1	28,2	157
	Напиток из шиповника	200	0,4	-	23,6	94
	Итого		4,2	3,1	51,80	251
8 день	Пирожное «Вечер»	1/45	4,3	15,2	43,0	323
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58
	Итого		4,5	15,2	58	381
9 день	Сдоба, обогащенная микронутриентами	1/50	3,8	3,1	28,2	157
	Компот из изюма	200	0,4	-	27,4	106
	Итого		4,2	3,1	55,6	263
10 день	Пирожное «Палочка-выручалочка»	1/60	3,9	10,2	30,6	170
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15	58
	Итого		4,1	10,2	45,6	228