



"СОГЛАСОВАНО"

Директор *МБОУ СОШ №3 г. Козьмодемьянск*
Матвеев И.В.

2025 г.



"УТВЕРЖДЕНО"
Директор ООО "Информатик"
Иванов И.И.

Примерное меню из 10 вариантов
для учащихся начальных классов с 1 по 4 класс
в осенне-зимний период

№ реп.	Наименование продуктов	Выход	Цена, на	Белки, г	Жиры, г	Углев, г	Э,Д.,ккал,
			1 порцию				
	Первая неделя						
	День №1						
	Булочка	1/040	20,74 Р	3,32	6,8	54,16	138
	Итого :		20,74 Р	3,32	6,8	54,16	138
	День №2						
	Кондитерское изделие	1/040	20,74 Р	1	1	2	50
	Итого :		20,74 Р	1	1	2	50
	День №3						
82	Фрукты свежие	1/150	20,74 Р	1	1	2	80
	Итого :		20,74 Р	1	1	2	80
	День №4						
	Вафли	1/040	20,74 Р	1	7	15	99
	Итого :		20,74 Р	1	7	15	99
	День №5						
	Батончик	1/050	20,74 Р	1,3	0,9	89	125
	Итого :		20,74 Р	1,3	0,9	89	125
	Вторая неделя						
	День №6						
	Печенье	1/030	20,74 Р	2,5	4,6	21	186
	Итого :		20,74 Р	2,5	4,6	21	186
	День №7						
82	Фрукты свежие	1/150	20,74 Р	1	1	2	80
	Итого:		20,74 Р	1	1	2	80
	День №8						
	Кондитерское изделие кекс	1/045	20,74 Р	3	2	30	146
	Итого :		20,74 Р	3	2	30	146
	День №9						
	Сырок глазированный	1/040	20,74 Р	3,16	12	13	165,2
	Итого :		20,74 Р	3,16	12	13	165,2
	День №10-завтрак:						
581	Пряник	1/050	20,74 Р	2,95	2,35	37,5	183
	Итого :		20,74 Р	2,95	2,35	37,5	183