Согласовано

«Исполнитель»
Ковальчук С.Л.
Ковальчук С.Л.
М.П.

Утверждаю

Директор Л.Е. Громова

Приказ № 29 от 25.08.2026

Подписан: Громова Любовь Евгеньевна
DN: C=RU, OU=Директор, O=МОУ Хорошевская НОШ, CN=Громова Любовь Евгеньевна, E=rzhev.horoshevskaya@tvershkola.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2026-08-25 21:23:17

Примерное 10-ти дневное меню завтраки
(возраст 9-11 лет)
на 2026-2027 учебный год

Приём пищи	Раздел	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
		День 1					
Завтрак	горячее блюдо	Каша рисовая с маслом слив.	200/10	5,940	10,746	39,276	277,578
	горячий напиток	Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	15,00	60,84
		Сыр порц.	30	11,600	14,750	0,000	179,150
	хлеб	Хлеб пшеничный	70	3,800	0,400	24,600	117,200
		День 2					
Завтрак	горячее блюдо	Каша пшённая с маслом слив.	200/10	5,940	10,746	39,276	277,578
	горячий напиток	Какао	200	3,60	3,30	25,00	144,00
		Ветчина	30	5,2	0,4	0,2	23,4
	хлеб	Хлеб пшеничный	70	3,800	0,400	24,600	117,200
		День 3					
Завтрак	горячее блюдо	Каша манная с маслом слив.	200/10	8,354	7,800	38,954	259,432
	горячий напиток	Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	15,00	60,84
	сладкое	Кондитерское изделие	60	4,885	7,719	35,708	231,843
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105
		День 4					
Завтрак	горячее блюдо	Каша овсяная с маслом слив.	200/10	8,280	12,998	32,874	281,598
	горячий напиток	Какао	200	3,60	3,30	25,00	144,00
		Сыр порц.	30	11,600	14,750	0,000	179,150
	хлеб	Хлеб пшеничный	70	3,800	0,400	24,600	117,200
		День 5					
Завтрак	горячее блюдо	Каша гречневая молочная	230	5	11	29	247
	горячий напиток	Кофейный напиток	200	3,60	3,30	25,00	144,00
		Ветчина	30	5,2	0,4	0,2	23,4
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105
		День 6					

Завтрак	горячее блюдо	Каша пшённая с маслом слив.	200/10	5,940	10,746	39,276	277,578
	горячий напиток	Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	15,00	60,84
		Кондитерское изделие	60	4,885	7,719	35,708	231,843
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105
		День 7					
Завтрак	горячее блюдо	Каша манная с маслом слив.	200/10	8,354	7,800	38,954	259,432
	горячий напиток	Какао	200	3,60	3,30	25,00	144,00
		Сыр порц.	30	11,600	14,750	0,000	179,150
	хлеб	Хлеб пшеничный	70	3,800	0,400	24,600	117,200
		День 8					
Завтрак	горячее блюдо	Каша рисовая с маслом слив.	200/10	5,940	10,746	39,276	277,578
	горячий напиток	Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	15,00	60,84
		Кондитерское изделие	60	4,885	7,719	35,708	231,843
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105
		День 9					
Завтрак	горячее блюдо	Каша овсяная с маслом слив.	200/10	8,280	12,998	32,874	281,598
	горячий напиток	Какао	200	3,60	3,30	25,00	144,00
		Сыр порц.	30	11,600	14,750	0,000	179,150
	хлеб	Хлеб пшеничный	70	3,800	0,400	24,600	117,200
		День 10					
Завтрак	горячее блюдо	Каша гречневая молочная	230	5	11	29	247
	горячий напиток	Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	15,00	60,84
		Ветчина	30	5,2	0,4	0,2	23,4
	хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	21	105