

Муниципальное образование «Бичурский район»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Бичурская средняя школа №1»

671360, Республика Бурятия, с. Бичура, ул. Советская 7 «А». тел. (30133)41-265

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель начальника  
ТО Роспотребнадзора  
в Мухоршибирском районе  
\_\_\_\_\_ Банщикова Н.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «Бичурская СОШ №1»  
Серявина О. С.



« 01 » 09 / 2020г

Примерное десятидневное меню  
1-4 классы

2020г-2021г





День среда

Неделя первая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7лет и старше

№	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75	0,09	6,60	0	0	24,6	66,65	27,0	1,09
2	Плов мясной	150/50	14,14	11,7	13,97	214,34	0,15	0,67	0,55	1,88	22,61	205,26	36,88	2,33
3	Чай с молоком	200	0,20	00	14	28	0	0	0	0	6	0	0	0,4
4	Хлеб	0,42	3,19	0,25	21,96	0,1	0,042	0	0		8,4	27,3	5,88	
5	яблоко	0,14	0,58	0,58	14,21	68,15	0,044	14,5	00		23,2	16	13,5	3,19
	Итого за3 день		<b>20,8</b>	<b>15,37</b>	<b>81,28</b>	<b>415,34</b>	<b>0,326</b>	<b>21,77</b>	<b>,055</b>	<b>1,88</b>	<b>84,81</b>	<b>315,21</b>	<b>83,26</b>	<b>7,01</b>















День: пятница

Неделя вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7 лет и старше

№	Наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	Закуска из свежей моркови	60	0,715	10,04	3,795	109,15	20,9	0,385	14,85		0	0,04	0,033	0,55
2	Уха из сайры (консервы)	250	8,61	8,40	14,34	167,25	0,1	9,11	15,0		45,3	176,53	47,35	1,26
3	Гречка отварная	150	7,46	5,61	35,84	230,45	0,18	00	0,02		12,98	208,5	67,50	3,95
4	Соус	0,1	0,77	2,24	6,09	47,34	0,02	1,60	0,02		7,05	123,15	5,34	0,21
5	Сарделька отварная	80	8,32	16,00	16,69	179,20	0,03	0,00	0,00		24,0	159	20	1,8
6	Компот из кураги	200	0,2	00	32,6	132,0	00	00	00		18,0	4,29	00	0,6
7	Хлеб	0,42	3,19	0,25	21,96	0,1	0,042	0	0		8,4	27,3	5,88	0,42
8	Итог за 10 день		<b>29,265</b>	<b>42,54</b>	<b>131,315</b>	<b>865,49</b>	<b>21,272</b>	<b>11,095</b>	<b>29,87</b>		<b>115,73</b>	<b>698,81</b>	<b>146,103</b>	<b>8,79</b>
	всего за 10 дней		<b>434,697</b>	<b>240,63</b>	<b>1086</b>	<b>6776</b>	<b>446,2</b>	<b>211,3</b>	<b>391</b>	<b>1,88</b>	<b>1169,71</b>	<b>40,65</b>	<b>954,28</b>	<b>60,753</b>
	С средним за 1 день		<b>43,47</b>	<b>2,4063</b>	<b>108,6</b>	<b>677,6</b>	<b>44,62</b>	<b>21,13</b>	<b>39,1</b>	<b>0188</b>	<b>116,971</b>	<b>4,065</b>	<b>95,428</b>	<b>6,0753</b>

В меню вносятся изменения в случае возникновения аварийных ситуаций (отключение электроэнергии, водоснабжения, проведения сантехнических работ); в случае выхода из строя технологического теплового и холодильного оборудования и невозможности соблюдения технологического процесса, отсутствием, вследствие болезни работников пищеблока.

В исключительных случаях (нарушение графика подвоза, отсутствие необходимого запаса продуктов и т.п.) может проводиться замена блюд. Заменяемые продукты (блюда) должны быть аналогичны заменяемому продукту (блюд) по пищевым и биологически активным веществам (приложение 3 к настоящим Методическим Рекомендациям МР 2.4.0179-20)