

**Примерное меню дополнительных завтраков для начальной школы на НОЯБРЬ**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>1 день Вторник (07.11)</b>						
1	Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/30	10,58	18,51	40,75	376,4
<b>Итого</b>			<b>10,58</b>	<b>18,51</b>	<b>40,75</b>	<b>376,4</b>
<b>2 день Среда (08.11)</b>						
1	Тефтели	1/50	5,23	8,66	6,6	125,65
2	Икра кабачковая	1/20	6,0	2,7	0	28,8
<b>Итого</b>			<b>11,23</b>	<b>11,36</b>	<b>6,6</b>	<b>154,45</b>
<b>3 день Четверг (09.11)</b>						
1	Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/30	10,58	18,51	40,75	376,4
<b>Итого</b>			<b>10,58</b>	<b>18,51</b>	<b>40,75</b>	<b>376,4</b>
<b>4 день Пятница (10.11)</b>						
1	Шницель рыбный натуральный	1/40	3,6	2,73	3,13	76,95
<b>Итого</b>			<b>3,6</b>	<b>2,73</b>	<b>3,13</b>	<b>76,95</b>
<b>5 день Понедельник (13.11)</b>						
1	Вареники ленивые отварные	1/60	8,22	7,28	8,5	132,9
<b>Итого</b>			<b>8,22</b>	<b>7,28</b>	<b>8,5</b>	<b>132,9</b>
<b>6 день Вторник (14.11)</b>						
1	Тефтели	1/50	5,23	8,66	6,6	125,65
2	Икра кабачковая	1/20	6,0	2,7	0	28,8
<b>Итого</b>			<b>11,23</b>	<b>11,36</b>	<b>6,6</b>	<b>154,45</b>
<b>7 день Среда (15.11)</b>						
1	Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/30	10,58	18,51	40,75	376,4
<b>Итого</b>			<b>10,58</b>	<b>18,51</b>	<b>40,75</b>	<b>376,4</b>
<b>8 день Четверг (16.11)</b>						
1	Каша рисовая с изюмом	1/150/5	3,3	16,56	41,82	137,5
<b>Итого</b>			<b>3,3</b>	<b>16,56</b>	<b>41,82</b>	<b>137,5</b>
<b>9 день Пятница (17.11)</b>						
1	Фрикадельки, тушеные в томатном соусе	1/60/30	11,2	9,76	8,07	165,6
<b>Итого</b>			<b>11,2</b>	<b>9,76</b>	<b>8,07</b>	<b>165,6</b>
<b>10 день Понедельник (20.11)</b>						
1	Лапшевник с творогом, со сметаной	1/120/5	13,87	10,72	25,23	253,21
<b>Итого</b>			<b>13,87</b>	<b>10,72</b>	<b>25,23</b>	<b>253,21</b>
<b>11 день Вторник (21.11)</b>						
1	Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/30	10,58	18,51	40,75	376,4
<b>Итого</b>			<b>10,58</b>	<b>18,51</b>	<b>40,75</b>	<b>376,4</b>
<b>12 день Среда (22.11)</b>						
1	Тефтели	1/50	5,23	8,66	6,6	125,65
2	Икра кабачковая	1/20	6,0	2,7	0	28,8
<b>Итого</b>			<b>11,23</b>	<b>11,36</b>	<b>6,6</b>	<b>154,45</b>
<b>13 день Четверг (23.11)</b>						
1	Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/30	10,58	18,51	40,75	376,4
<b>Итого</b>			<b>10,58</b>	<b>18,51</b>	<b>40,75</b>	<b>376,4</b>
<b>14 день Пятница (24.11)</b>						
1	Шницель рыбный натуральный	1/40	3,6	2,73	3,13	76,95
<b>Итого</b>			<b>3,6</b>	<b>2,73</b>	<b>3,13</b>	<b>76,95</b>
<b>15 день Понедельник (27.11)</b>						
1	Вареники ленивые отварные	1/60	8,22	7,28	8,5	132,9
<b>Итого</b>			<b>8,22</b>	<b>7,28</b>	<b>8,5</b>	<b>132,9</b>
<b>16 день Вторник (28.11)</b>						
1	Тефтели	1/50	5,23	8,66	6,6	125,65
1	2	3	4	5	6	7
2	Икра кабачковая	1/20	6,0	2,7	0	28,8

<b>Итого</b>			<b>11,23</b>	<b>11,36</b>	<b>6,6</b>	<b>154,45</b>
<b>17 день</b>	<b>Среда</b>	<b>(29.11)</b>				
1	Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/30	10,58	18,51	40,75	376,4
<b>Итого</b>			<b>10,58</b>	<b>18,51</b>	<b>40,75</b>	<b>376,4</b>
<b>18 день</b>	<b>Четверг</b>	<b>(30.11)</b>				
1	Каша рисовая с изюмом	1/150/5	3,3	16,56	41,82	137,5
<b>Итого</b>			<b>3,3</b>	<b>16,56</b>	<b>41,82</b>	<b>137,5</b>
<b>19 день</b>	<b>Пятница</b>	<b>(01.12)</b>				
1	Фрикадельки, тушеные в томатном соусе	1/60/30	11,2	9,76	8,07	165,6
<b>Итого</b>			<b>11,2</b>	<b>9,76</b>	<b>8,07</b>	<b>165,6</b>