

«Утверждено»  
Начальник УО  
МО Северский район  
Л.В. Мазько  
2023г.



«Согласовано»  
Директор МБОУ СОШ №14  
им. Тылькиной В.А.  
И.Г. Окишева  
2023г.



10-дневное цикличное меню  
приготавливаемых блюд  
на осенне – зимний период  
для обучающихся 7-11 лет включительно  
в МБОУ СОШ №14 пгт Ильского МО Северский район  
им. Тылькиной В.А.  
(завтраки, обеды, полдники)

пгт Ильский 2023г.











### ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Витамины						Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Угле- г л г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	F, мг	Se, мг
Итого за весь период	632,2	666,9	#	7,68	553,67	13,36	138,05	9,17	9,37	6 610,20	2 615,45	9 818,38	167,51	7 405,25	689,25	4,21	0,43
Среднее значение за период	63,2	66,7	#	0,77	55,37	1,34	13,80	0,92	0,94	661,00	261,55	981,84	16,75	740,20	0,07	0,42	0,04
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14,5	34,3	#														

### СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
7-11 лет	517	817