

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ "СШ № 25"
Белавина Н.Ф.
"01" сентября 2024



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "Совушка"
Смирнова В.Н.
"01" сентября 2024



Примерное двухнедельное меню дополнительного питания для учащихся 1-11 классов (полдник)
общеобразовательной школы № 25 стоимостью 45,00 рубля
на осенний период 2024-2025 учебного года

№	Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетич. ценность, ккал	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
1 неделя							
1 день							
1	Напиток из плодов шиповника	200	0,254	0,116	21,262	87	705 (21)
2	Пирог манный с сахарной пудрой	85	4,850	7,000	40,830	246	687 (12)
Итого:			5,104	7,116	62,092	333	
Итого за день:			5,104	7,116	62,092	333	
2 день							
1	Напиток из черной смородины	200	0,199	0,083	12,006	50	(25)
2	Булочка с творожной начинкой	60	5,410	3,420	23,070	145	23 (25)
Итого:			5,609	3,503	35,076	195	
Итого за день:			5,609	3,503	35,076	195	
3 день							
1	Напиток из сухофруктов	200	0,340	0,010	24,150	99	(25)
2	Сырная палочка	70	7,230	4,750	30,100	192	773 (21)
Итого:			7,570	4,760	54,250	291	
Итого за день:			7,570	4,760	54,250	291	
4 день							
1	Напиток вишневый	200	0,157	0,000	23,290	94	646 (12)
2	Бантик с курагой	80	4,080	2,900	36,690	189	(25)
Итого:			4,237	2,900	59,980	283	
Итого за день:			4,237	2,900	59,980	283	
5 день							
1	Напиток клубничный	200	0,000	0,000	23,876	96	(25)
2	Булочка "Романтика" с повидлом	70	3,930	7,550	35,470	226	(25)
Итого:			3,930	7,550	59,346	322	
Итого за день:			3,930	7,550	59,346	322	

2 неделя							
1 день							
1	Напиток из яблок	200	0,010	0,008	19,490	78	(25)
2	Лепешка с сыром и яйцом	60	6,720	10,680	14,230	180	110 (8)
Итого:			6,730	10,688	33,720	258	
Итого за день:			6,730	10,688	33,720	258	
2 день							
1	Чай с молоком	200	1,220	0,960	14,110	70	(25)
2	Оладьи с яблоком	100	6,250	6,020	37,150	228	21 (25)
Итого:			7,470	6,980	51,260	298	
Итого за день:			7,470	6,980	51,260	298	
3 день							
1	Напиток из черной смородины	200	0,199	0,083	12,006	50	(25)
2	Булочка "Российская"	70	4,300	5,010	41,310	227	(25)
Итого:			4,499	5,093	53,316	277	
Итого за день:			4,449	5,093	53,316	277	
4 день							
1	Напиток из шиповника	200	0,254	0,116	21,262	87	705 (21)
2	Булочка "Ромашка"	75	5,130	6,270	44,220	254	695 (12)
Итого:			5,384	6,386	65,482	341	
Итого за день:			5,384	6,386	65,482	341	
5 день							
1	Напиток из клубники	200	0,000	0,000	23,876	96	(25)
2	Булочка сметанка	70	6,620	5,010	51,120	276	769 (21)
Итого:			6,620	5,010	74,996	372	
Итого за день:			6,620	5,010	74,996	372	

Всего: 2,970 : 10 = 297 ккал

Всего: 57,153: 10 = 5,7153грамм белка

Всего: 59,986: 10 = 5,998 грамм жира

Всего: 549,518 : 10 = 54,95 грамм углеводов

Технолог *Славнова* Славнова И.В.

Примечание:

8 - Сборник мучных кондит.булочных изделий.Изд.1986г.

12 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1994г

21 - сб.рецептур блюд и кул.изд. для ПОП при общеобр. школ 2004г.

25 - Техничко-технологическая карта №