



СОСТАВОВАНО:
 Директор МБОУ «СШ № 25»
 «30» сентября 2022 г.
 Белавина Н. Ф.

Примерное двухнедельное меню для учащихся 1-11 классов (полдник) общеобразовательной школы №25
 на осенний период 2022-2023 учебного года



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО «Совушка»
 «30» сентября 2022 г.
 Смирнова В. Н.

№	Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетич. ценность, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1 неделя																			
1	Кисель из клюквы	552 (12)	200	0,098	0,038	19,789	80	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	9,16	5,08	5,72	0,20			
2	Пярники весовые	(12)	100	4,986	4,418	71,700	347	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	0,00	9,00	0,80			
	Итого:			5,084	4,456	91,489	426	2,40	3,00	0,00	0,00	0,00	20,16	5,08	14,72	1,00			
	Итого за день:			5,084	4,456	91,489	426	2,40	3,00	0,00	0,00	0,00	20,16	5,08	14,72	1,00			
2 день																			
1	Напиток "Ягодный букет"	(25)	200	0,083	0,013	14,064	57	0,00	9,20	0,00	0,03	4,85	3,72	3,32	0,21				
2	Булочка "Веснушка"	773 (21)	55	3,692	2,859	29,244	157	0,08	0,01	14,13	0,66	12,82	47,58	8,21	0,67				
3	Яблоко свежее	627 (21)	125	0,422	0,047	11,711	49	0,04	12,50	0,00	0,25	20,00	13,75	11,25	2,75				
	Итого:			4,197	2,919	55,019	263	0,12	21,71	14,13	0,94	37,67	65,05	22,78	3,63				
	Итого за день:			4,197	2,919	55,019	263	0,12	21,71	14,13	0,94	37,67	65,05	22,78	3,63				
3 день																			
1	Напиток из гурапи	(25)	200	0,367	0,051	18,149	75	0,00	0,77	0,00	0,00	18,07	29,57	14,17	0,50				
2	Крендель "Пикольный"	(25)	90	5,968	9,092	55,466	328	0,12	0,05	50,43	1,02	20,13	75,08	11,24	1,05				
	Итого:			6,335	9,143	73,615	402	0,12	0,82	50,43	1,02	38,20	104,65	25,41	1,55				
	Итого за день:			6,335	9,143	73,615	402	0,12	0,82	50,43	1,02	38,20	104,65	25,41	1,55				
4 день																			

