

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО "Каскад"
 Н.А.Елькина
 " " 2026 год

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МАОУ СОШ №25
 О. А. Добычина
 " " 2026 год

Основное десятидневное меню полдников

за счет средств родителей в размере 50 рублей 00 копеек

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,м кг	ТЭ,мг	В1,мг
Полдник 1 день																
№851 (1997)	Хачапури слоеные	100	13,42	8,77	25,61	0,81	31,44	411,43	300	23,7	229	1	199	225	1,15	0,0
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	200/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88	3,19	0,82	1,51	0,1	0	0,14	0,01	
Итого за 'Полдник'		307,00	13,68	8,77	25,67	0,87	46,60	471,31	303	24,5	231	1,1	199	225	1,16	0,0
Полдник 2 день																
ТТК	Сдоба Выборгская	100	6,60	3,67	8,40	0,02	62,20	353,00	19,1	11,1	62,4	1,1	60,9	67,9	1,04	0,2
№585 (1996)	Компот из яблок и брусники	200	1,15	1,10	1,01	0,12	30,82	123,68	144	25,8	20,3	4,5	0	36	0,23	0,0
Итого за 'Полдник'		300,00	7,75	4,77	9,41	0,14	93,02	476,68	163	36,9	82,7	5,6	60,9	104	1,27	0,1
Полдник 3 день																
ТТК	Булочка с маком	100	7,98	1,61	14,41	2,67	53,42	371,83	83,4	24,9	103	1,2	65,4	119	1,26	0,0
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	200/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88	3,19	0,82	1,51	0,1	0	0,14	0,01	
Итого за 'Полдник'		307,00	8,24	1,61	14,47	2,73	68,58	431,71	86,6	25,7	105	1,3	65,4	120	1,27	0,0
Полдник 4 день																
№79 (2003)	Шаньга со сметаной	100	7,95	1,65	9,14	1,12	47,58	303,68	43,4	13,9	88,5	1	76,3	83,4	1,31	0,1
ТТК	Напиток из брусники	200	1,20	0,00	0,51	0,00	39,25	133,66	387	66,2	49	11	0	86,3	0,42	0,0
Итого за 'Полдник'		300,00	9,15	1,65	9,65	1,12	86,83	437,34	430	80	138	12	76,3	170	1,73	0,2
Полдник 5 день																
№687(1996)	Пирожок печеный с мясом, рисом	100	13,52	1,16	10,92	0,95	43,85	326,68	17,9	12,1	73,3	1	60,1	66,7	1,05	0,1
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0	0	0	0	
Итого за 'Полдник'		300,00	13,72	1,16	10,97	1,00	58,67	384,03	18,4	12,1	73,3	1	60,1	66,7	1,05	0,1

Полдник 6 день

№689 (1996)	Булочка бутербродная (с сыром)	100	13,75	8,18	15,48	0,92	41,03	359,06	280	24,6	225	1,1	123	139	1,15	0,11	0,18
№638/3(2004)	Компот из изюма	200	1,02	0,00	0,06	0,06	18,19	106,45	31,8	20,6	28,6	0,7	0	117	1,1	0,02	0,78
Итого за 'Полдник'		300,00	14,77	8,18	15,54	0,98	59,22	465,52	311	45,2	254	1,8	123	256	2,25	0,13	0,96

Полдник 7 день

ТТК	Булочка с маком	100	7,98	1,61	14,41	2,67	53,42	371,83	83,4	24,9	103	1,2	65,4	119	1,26	0,09	0,08
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	200/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,16	59,88	3,19	0,82	1,51	0,1	0	0,14	0,01	0	2,74
Итого за 'Полдник'		307,00	8,24	1,61	14,47	2,73	68,58	431,71	86,6	25,7	105	1,3	65,4	120	1,27	0,09	2,82

Полдник 8 день

№74 (2003)	Шаньга с творогом	100	14,19	9,76	8,90	0,53	37,00	284,97	93,6	19,4	161	0,9	62,7	69,7	0,82	0,1	0,24
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		300,00	14,39	9,76	8,95	0,58	51,82	342,31	94,1	19,4	161	1	62,7	69,7	0,82	0,1	0,24

Полдник 9 день

ТТК	Булочка домашняя	100	1,95	0,28	5,57	0,08	9,94	95,18	15,9	10,5	62,5	0,9	55,4	102	1,3	0,09	0
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	16,31	62,87	0,44	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		300,00	2,17	0,28	5,57	0,08	26,25	158,05	16,4	10,5	62,5	0,9	55,4	102	1,3	0,09	0

Полдник 10 день

ТТК	Булочка с корицей	100	7,62	1,04	17,34	0,78	60,02	212,02	39,8	14,1	85,7	0,9	117	132	1,15	0,13	0,25
№685 (2004)	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35	0,44	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		300,00	7,82	1,04	17,39	0,83	74,84	269,37	40,2	14,1	85,7	1	117	132	1,15	0,13	0,25