

Согласовано
 Директор МАОУ-СОШ №25
 О. А. Добычина
 02.09.2024 г.

Утверждаю
 Директор ООО "Каскад"
 Н.А.Елькина
 02.09.2024 г.

Основное десятидневное меню полдников для детей 1-4 класс
 (за счет средств родителей, в размере 40 рублей 00 копеек)

1 неделя

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1 день, понедельник								
№687 (1996)	Пирожок печеный с мясом, рисом	75	5,00	0,89	5,27	0,79	30,29	187,86
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
Итого за 'Полдник '			5,19	0,89	5,32	0,84	45,11	245,21

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
2 день, вторник								
СТН 1999	Булочка с корицей	100	7,63	1,04	17,35	0,79	60,20	424,04
№588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69
Итого за 'Полдник '			7,93	1,04	18,91	0,79	79,98	512,73

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
3 день, среда								
№850 (1997)	Хачапури имеретинские	70	11,86	9,59	10,55	0,49	19,45	221,94
№686 (2004)	Чай с лимоном	200/15/7	0,25	0,00	0,05	0,06	14,08	55,73
Итого за день			12,11	9,59	10,60	0,54	33,53	277,67

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
4 день, четверг								
ГК	Булочка с маком	100	7,98	1,61	14,41	2,67	53,42	371,83
ГК	Напиток из клюквы	200	0,14	0,00	0,10	0,00	16,28	63,29
Итого за 'Полдник '			8,12	1,61	14,51	2,67	69,69	435,11

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
5 день, пятница								
79 (2003)	Ватрушка со сметаной	100	7,95	1,65	9,14	1,12	47,58	303,68
585 (1996)	Компот из вишни	200	0,62	0,62	3,48	0,00	26,97	132,52
Итого за 'Полдник '			8,58	2,27	12,62	1,12	74,55	436,20

2 неделя

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1 день, понедельник								
596 (1996)	Расстегай с рыбой	100	12,16	6,99	7,31	0,97	38,40	267,14
К	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76
Итого за 'Полдник '			12,16	6,99	7,31	0,97	57,37	337,89

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
7 день, вторник								
№689 (1996)	Пирожок печеный из слоеного теста с творогом	75	8,43	8,72	15,67	0,03	22,04	259,83
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27
Итого за 'Полдник '			8,75	8,72	15,81	0,17	48,11	359,09
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
8 день, среда								
СТН 1999	Булочка с корицей	100	7,63	1,04	17,35	0,79	60,20	424,04
№588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69
Итого за 'Полдник '			7,93	1,04	18,91	0,79	79,98	512,73
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
9 день, четверг								
№851 91997)	Хачапури слоеные	75	10,21	10,21	22,64	0,18	21,54	327,72
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
Итого за 'Полдник '			10,40	10,21	22,69	0,23	36,35	385,06
№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
10 день, пятница								
к	Штрудель слоеный с яблоками, изюмом	100	4,53	4,25	15,52	0,14	40,74	311,96
к	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	25,11	96,32
Итого за 'Полдник '			4,75	4,25	15,52	0,14	65,85	408,28