

СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МБОУ СШ №

« 26 » 08 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор ООО «КШП-2»

М.Д. Мискин  
 « 26 » 08 2021 г.



**Двухнедельное меню полдника  
 для обучающихся 1-11 классов общеобразовательных школ  
 стоимостью 40 руб.  
 на осенний период 2021 г.**

№	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энерг. цен-сть, ккал	СРБ и КИ
			Белки	Жиры	Углев.		
<b>1 неделя</b>							
<b>1 день</b>							
<b>1 вариант</b>							
1	Кефир	200	4,901	6,016	7,648	104	698 (21)
2	Сдоба майская	50	2,842	6,302	28,693	183	(25)
<b>Итого за 1 вариант:</b>		<b>250</b>	<b>7,743</b>	<b>12,318</b>	<b>36,341</b>	<b>287</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>7,743</b>	<b>12,318</b>	<b>36,341</b>	<b>287</b>	
<b>2 день</b>							
<b>1 вариант</b>							
1	Кофейный напиток с молоком *	200	1,152	1,034	10,770	57	395 (26)
2	Пирог манный	100	5,706	8,232	48,038	289	8 (25)
<b>Итого за 1 вариант:</b>		<b>300</b>	<b>6,858</b>	<b>9,266</b>	<b>58,808</b>	<b>346</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>6,858</b>	<b>9,266</b>	<b>58,808</b>	<b>346</b>	
<b>3 день</b>							
<b>1 вариант</b>							
1	Йогурт питьевой клубничный*	200	8,450	6,016	6,692	115	(0)
2	Печенье	40	1,960	9,438	24,359	190	(12)
<b>Итого за 1 вариант:</b>		<b>240</b>	<b>10,410</b>	<b>15,454</b>	<b>31,051</b>	<b>305</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>10,410</b>	<b>15,454</b>	<b>31,051</b>	<b>305</b>	
<b>4 день</b>							
<b>1 вариант</b>							
1	Сок фруктово-ягодный в ассортименте т/п	200	0,507	0,376	22,562	96	(12)
2	Мучные - кондитерские изделия	50	3,228	4,098	23,121	142	(0)
<b>Итого за 1 вариант:</b>		<b>250</b>	<b>3,735</b>	<b>4,474</b>	<b>45,682</b>	<b>238</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>3,735</b>	<b>4,474</b>	<b>45,682</b>	<b>238</b>	
<b>5 день</b>							
<b>1 вариант</b>							
1	Какао-напиток "Несвик" на молоке натуральном	200	5,191	4,860	20,688	147	642 (12)
2	Булочка домашняя	75	4,321	8,493	40,400	255	769 (21)
<b>Итого за 1 вариант:</b>		<b>275</b>	<b>9,512</b>	<b>13,353</b>	<b>61,087</b>	<b>403</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>9,512</b>	<b>13,353</b>	<b>61,087</b>	<b>403</b>	
<b>Итого за неделю:</b>			<b>38,258</b>	<b>54,866</b>	<b>232,969</b>	<b>1579</b>	
<b>2 неделя</b>							
<b>1 день</b>							
<b>1 вариант</b>							
1	Печенье	40	1,960	9,438	24,359	190	(12)
2	Ряженка	200	4,732	7,520	8,030	119	698 (21)
<b>Итого за 1 вариант:</b>		<b>240</b>	<b>6,692</b>	<b>16,958</b>	<b>32,389</b>	<b>309</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>6,692</b>	<b>16,958</b>	<b>32,389</b>	<b>309</b>	
<b>2 день</b>							

1 вариант							
1	Напиток растворимый "Цикорий" с молоком *	200	1,152	1,034	10,770	57	(25)
2	Котлеты запеченные в тесте 40/40	80	7,927	7,816	25,162	203	747 (21)
<b>Итого за 1 вариант:</b>		<b>280</b>	<b>9,079</b>	<b>8,850</b>	<b>35,932</b>	<b>260</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>9,079</b>	<b>8,850</b>	<b>35,932</b>	<b>260</b>	
3 день							
1 вариант							
1	Горячий шоколад	200	3,447	5,236	32,102	189	(0)
2	Слойка детская	50	3,071	5,515	24,156	159	(25)
<b>Итого за 1 вариант:</b>		<b>250</b>	<b>6,519</b>	<b>10,751</b>	<b>56,258</b>	<b>348</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>6,519</b>	<b>10,751</b>	<b>56,258</b>	<b>348</b>	
4 день							
1 вариант							
1	Какао-напиток "Несвик" на молоке натуральном	200	5,191	4,860	20,688	147	642 (12)
2	Булочка " Тюменская"	70	4,059	6,439	36,185	219	23 (25)
<b>Итого за 1 вариант:</b>		<b>270</b>	<b>9,250</b>	<b>11,299</b>	<b>56,873</b>	<b>366</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>9,250</b>	<b>11,299</b>	<b>56,873</b>	<b>366</b>	
5 день							
1 вариант							
1	Печенье	40	1,960	9,438	24,359	190	(12)
2	Йогурт питьевой клубничный*	200	8,450	6,016	6,692	115	(0)
<b>Итого за 1 вариант:</b>		<b>240</b>	<b>10,410</b>	<b>15,454</b>	<b>31,051</b>	<b>305</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>10,410</b>	<b>15,454</b>	<b>31,051</b>	<b>305</b>	
<b>Итого за неделю:</b>			<b>41,950</b>	<b>63,312</b>	<b>212,502</b>	<b>1588</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>			<b>8,02</b>	<b>11,82</b>	<b>44,55</b>	<b>317</b>	

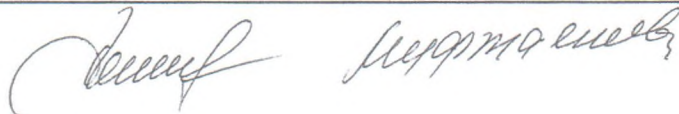
Всего: 3166 : 10 = 317 ккал

Всего: 80,208 : 10 = 8,021 грамм белка

Всего: 118,177 : 10 = 11,818 грамм жира

Всего: 445,471 : 10 = 44,547 грамм углеводов

Экономист по ценам:



Технолог

Примечание:

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 №

26 - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях 2011 г.