

"СОГЛАСОВАНО":

Директор
МАОУ "Средняя школа № 6"
О.И.Дзюба
" 25 " 12 2024 год



"УТВЕРЖДАЮ":

Директор
ООО "Сияние Севера"
Г.М. Шагапов
" 25 " 12 2024 год



Льготная категория -2 смена
Примерное дотационное цикличное меню
на полдники для учащихся 5-11 классов
общеобразовательных школ на 2025 уч.год

2024 г.

Льготная категория — 2 смена

Примерное циклическое меню на ПОЛДНИКИ для учащихся 5-11 классов льготной категории общеобразовательных школ на 2025 уч.год.

(Первый вариант)

Возрастная категория: 7-11 лет (1-4 классы)

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
1 день						
413/04	Колбаски детские отварные	100	6,00	8,20	0,40	99,40
67/04	Салат мясной	100	1,34	1,69	4,43	38,29
ТТК 348	Напиток из смеси Тюменский тускок	200	0,15	0,09	16,38	66,93
	Хлеб пшеничный	40	3,09	0,32	19,72	94,12
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	0,46	11,26	58,22
	Итого за прием	400	12,84	10,76	52,19	356,96
2 день						
366/04	Запеканка из творога со стуженным молоком	191	8,38	9,74	20,84	204,54
№697/04	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	7,80	99,40
	Хлеб пшеничный	40	3,09	0,32	9,85	54,64
	Итого за прием	431	17,27	15,06	38,49	358,58
3 день						
ТТК 376	Блинчики с вареной сгущенкой	150	7,50	10,65	22,50	215,85
700/04	Напиток Клюквенный	200	0,15	0,09	16,38	66,93
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60
	Итого за прием	450	8,05	11,14	48,48	326,38
4 день						
ТТК № 9 С.С.	Котлета Воздушная	100	7,43	8,43	8,98	141,51
71/04	Винегрет овощной	100	1,27	2,09	16,93	91,61
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,50	0,30	7,50	38,70
459/21	Чай с сахаром и лимоном	200	0,05	0,00	9,98	40,12
	Пюре фруктовое Фрумка	90	0,00	0,00	8,55	34,20
	Итого за прием	530	10,25	10,82	51,94	346,14
5 день						
ТТК 157	Хачапури Аджарские	130	3,95	4,47	18,85	131,43
692/04	Кофейный напиток	200	2,62	1,60	13,60	79,28
	Молочный коктейль Топгыжка	200	5,60	6,40	18,60	154,40
	Итого за прием	530	12,17	12,47	51,05	365,11
6 день						
476/97	Биточек Детский	100	8,90	9,05	4,68	135,77
71/04 а	Винегрет овощной с зеленым горошком	110	1,27	2,09	12,93	75,61
ТТК 348	Напиток из сухофруктов	200	0,32	0,03	15,68	64,27
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,16	9,85	47,04
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70
	Итого за прием	450	13,54	11,63	50,64	361,39
	Итого за 6 дней:		74,12	71,88	292,79	2114,56
	В среднем за 1 день:		12,35	11,98	48,80	352,43

7 день						
ТТК 376	Блинчики с вареной сгущенкой	150	7,50	10,65	22,50	215,85
ТТК 358	Какао Витошка с 13 витаминами	200	3,90	3,10	16,16	108,14
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60
	Итого за прием	450	11,80	14,15	48,26	367,59
8 день						
476/97	Котлета Домашняя	100	6,94	9,55	10,33	155,03
ТТК 99	Салат Мазайка	100	1,80	1,50	4,70	39,50
ТТК 349	Напиток Я-Яшка №3	200	0,15	0,09	16,38	66,93
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70
	Кондитерское изделие	15	0,15	0,05	12,15	49,61
	Итого за прием	435	10,54	11,49	51,06	349,77
9 день						
366/04	Запеканка из творога со сгущенным молоком	180	7,88	9,16	20,30	195,16
№457/21	Чай с сахаром	200	0,05	0,00	9,98	40,12
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,16	9,85	47,04
	Пюре фруктовое Фрумка	90	0,00	0,00	8,55	34,20
	Итого за прием	490	9,48	9,32	48,68	316,52
10 день						
ТТК 41	Пицца Традиционная	125	3,95	4,47	23,85	151,43
ТТК 375	Кисель Витошка	200	0,00	0,00	14,00	56,00
	Молочный коктейль Топтыжка	200	5,60	6,40	18,60	154,40
	Итого за прием	525	9,55	10,87	56,45	361,83
11 день						
476/97	Биточек Детский	100	8,90	9,05	4,68	135,77
71/04 а	Винегрет овощной с зеленым горошком	110	1,27	2,09	12,93	75,61
ТТК 348	Напиток из сухофруктов	200	0,32	0,03	15,68	64,27
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,16	9,85	47,04
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	0,30	7,50	38,70
	Итого за прием	450	13,54	11,63	50,64	361,39
6 день						
ТТК 157	Хачапури Аджарские	122,6	3,95	4,47	18,85	131,43
ТТК 348	Напиток из смеси Тюменский тусок	200	0,15	0,09	16,38	66,93
	Продукт йогуртовый	100	4,70	2,40	13,80	95,60
	Сок пром. производства	200	0,00	0,00	11,50	46,00
	Итого за прием	422,6	8,80	6,96	60,53	339,96
	Итого за 6 дней:		63,71	64,42	315,62	2097,06
	В среднем за 1 день:		10,62	10,74	52,60	349,51
	Итого за 12 дней:		137,83	136,30	608,41	4211,62
	В среднем за 1 день:		11,49	11,36	50,70	350,97

Примечание: Допускается замена одного дня другим.