

Согласовано
Директор БМАОУ СОШ №55
М.О. Калинин
09.01.2024 г.

Утверждаю
Директор ООО "Каскад"
Н.А. Елькина

Основное десятидневное меню полдников для 1-4 классов

(за счет средств родителей, в размере 47 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								
ТТК	Шаньга с творогом	100	14,18	9,75	8,89	0,5	37,05	285,1
ТТК	Чай ягодный (с черной смородиной)	200	0,22	0,00	0,07	0,07	21,06	81,23
Итого за 'Полдник '			14,4	9,75	8,96	0,57	58,11	366,3266

№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								
№638 (2004)	Уч-кучмак	100	10,77	7,52	15,08	0,64	26,74	283,9
№638 (2004)	Компот из изюма	200	0,35	0,00	0,00	0,00	28,21	107,53
Итого за 'Полдник '			11,12	7,52	15,08	0,64	54,95	391,4315

№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								
ТТК	Булочка бутербродная (с сыром)	100	13,8	8,17	15,5	1	41,48	361,75
№65 (2003)	Напиток "Здоровье"	200	0,14	0,00	0,11	0,05	25,92	99,96
Итого за 'Полдник '			11,72	7,31	6,78	0,4	50,54	305,62

№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								
ТТК	Пирожки слоеные с вишней	100	5,48	4,8	22,77	0,02	43,44	389,01
№ 588(1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45
Итого за 'Полдник '			6,5	4,8	22,83	0,08	71,63	495,4635

№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								
ттк	Штрудель слоеный с яблоками, изюмом	100	4,53	4,25	15,52	0,14	40,74	311,96
ТТК	Напиток вишневый	200	0,37	0,40	1,95	0,00	23,82	107,42
Итого за 'Полдник '			8,6	6,85	7,67	0,47	39,77	258,51

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.		
6 день, понедельник								
№73(2003)	Пицца с курицей	100	14,09	2,61	7,4	0,65	27,18	231,56
№685 (2004)	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	0,05	0,05	14,82	57,35
Итого за 'Полдник'			14,29	2,61	7,45	0,7	42	288,9067

№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								
ТТК	Шаньга с творогом	100	14,18	9,75	8,89	0,5	37,05	285,1
ТТК	Чай ягодный (с черной смородиной)	200	0,22	0,00	0,07	0,07	21,06	81,23
Итого за 'Полдник'			14,4	9,75	8,96	0,57	58,11	366,3266

№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								
№74 (2003)	Пирожок печеный с мясом, рисом	100	6,67	1,18	7	1	40,3	250,48
№1041 (1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,02	0,02	15,45	61,55
Итого за 'Полдник'			7,66	2,9	20,16	0,61	51,41	403,22

№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								
ТТК	Булочка бутербродная (с сыром)	100	13,8	8,17	15,5	1	41,48	361,75
№647(1996)	Напиток из смородины	200	1,08	0	0,11	0	22,75	91,77
Итого за 'Полдник'			8,65	8,72	15,67	0,03	47,16	356,14

№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								
ТТК	Пирожки слоеные с вишней	100	5,48	4,8	22,77	0,02	43,44	389,01
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0	0	0	0	18,97	70,76
Итого за 'Полдник'			5,48	4,8	22,77	0,02	62,41	459,77

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 634721627414093995837494482188458045512377282758

Владелец Калинин Максим Олегович

Действителен с 21.06.2023 по 20.06.2024