

СОГЛАСОВАНО:

Директор

"01" "04" 2025 г.

Директор Нижневартковского филиала ООО "Азбука питания" С.А.Ефанов

01 апреля 2025г.

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО (ПОЛДНИК)
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-11 КЛАССОВ (родительской платы) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ
СТОИМОСТЬЮ 47,00 РУБ.

День: понедельник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Полдник						
769(22)	Булочка Домашняя	50	3,77	5,6	30,9	196,67
1 188	Чай с сахаром	200			18	63,8
Итого за Полдник			3,77	5,6	48,9	260,67

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 2)

День: вторник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Полдник						
775	Булочка Российская	80	6,03	7	49,14	198,5
1188	Чай с сахаром	200			14,00	53,8
Итого за Полдник			6,03	7	49,14	262,3

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 3)

День: среда

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Полдник						
1494	Вафли	50	6,04	9,3	55	336,8
686	Чай с лимонном	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Полдник			6,1	9,3	70,16	396,7

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 4)

День: четверг

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Полдник						
1 444	Сырная палочка	60	8,12	7	32,7	208,5
1 188	Чай с сахаром	200			18	63,8
Итого за Полдник			8,12	7	48,7	272,3

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 5)

День: пятница Неделя: 1						
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Полдник						
775,01	Булочка сахарная	80	6,03	7	49,14	198,5
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Полдник			6,09	7	64,3	258,4

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

День: понедельник Неделя: 2						
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Полдник						
769(22)	Булочка домашняя	50	3,77	5,6	30,9	198,67
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Полдник			3,83	5,6	46,06	258,77

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 7)

День: вторник Неделя: 2						
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Полдник						
770	Булочка дорожная	80	5,88	14	46,07	251,8
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Полдник			5,88	14	62,07	315,6

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 8)

День: среда Неделя: 2						
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Полдник						
1 444	Сырная палочка	80	10,82	9,33	43,6	276
393	Напиток из ягод св/м	200	0,24		21,14	87,4
Итого за Полдник			11,06	9,33	64,74	363,4

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

День: четверг
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Полдник						
775,01	Булочка сахарная	50	3,77	4	30,71	124,1
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Полдник			3,83	4	45,87	184

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

День: пятница
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Полдник						
934	Булочка Ватрушка	80	6,87	5	47,22	262,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Полдник			6,87	5	63,22	326,2
Итого за период			61,58	73,83	561,16	2898,34
Среднее значение за период			8,158	7,383	66,116	289,834

Составил _____

