

Согласовано:
Директор Школы №



Утверждаю:
Директор МАУ "Центр детского
здорового питания"
Р.Т.Хакимов



**Полдник от 7 до 12 лет
многодетные**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 13.11.2023							
Полдник	Макароны запеченные с сыром	180	9,82	7,5	44,09	284	ТТК №226
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
Итого за полдник		555	12,52	7,7	101,49	526	
Вторник 14.11.2023							
Полдник	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	Т4/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
Итого за полдник		415	14,7	9,42	75	406	
Среда 15.11.2023							
Полдник	Ежики "Детские"	40	9,04	13,1	3,01	166	ТТК № 102.1
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,2	9,2	42,9	285	463/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		492	12,78	11,2	75,6	444	
Четверг 16.11.2023							
Полдник	Каша пшеничная молочная	150	5,22	6,4	33,1	170	ТТК № 64
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120	3/1997
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК №28.1
Итого за полдник		425	14,07	12,5	81,3	450	
Пятница 17.11.2023							
Полдник	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
Итого за полдник		475	15,78	14,1	80,1	488	

* Стоимость 1 комплекса полдника на одного учащегося школы составляет 70 рубля