

«Согласовано»
Директор
МОБУ СОШ № 30



В.В. Бобнев

2023г

« Утверждаю »
Директор



ООО «Таганрогское школьное питание»

С.В. Орехова

2023г

Примерное двухнедельное меню
второго приема пищи (второй завтрак)
детей 1 - 4 классов (возрастной категории 7-11 лет)
с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов
с 7 ноября по 31 декабря 2023г.
стоимостью 26 рублей 82 копейки

г. Таганрог
2023г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (г)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1 неделя													
1 день													
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8
428	Булочка "Школьная"	60	5,01	1,92	26,91	189,96	0,12	0,00	0,00	18,50	28,30	65,00	0,50
	Итого:	260	6,01	2,12	47,11	276,56	0,14	4,00	0,00	32,50	42,30	73,00	3,30
2 день													
	Сок фруктовый	190	0,95	0,19	19,19	82,27	0,01	3,80	0,00	13,30	13,30	7,60	2,66
	Булочка "Маковка"	70	7,49	4,70	45,90	255,86	0,10	0,08	0,00	12,90	62,10	15,90	1,06
	Итого:	260	8,44	4,89	65,09	338,13	0,11	3,88	0,00	26,20	75,40	23,50	3,72
3 день													
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,22	0,04	0,11	59,00	139,20	96,00	9,45	0,49
	Итого:	257	5,93	8,32	30,03	218,72	0,04	2,94	59,00	153,40	100,40	11,85	0,85
4 день													
382	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,67	0,05	1,42	21,9	137	112,1	19,2	0,45
	Булочка "Домашняя"	100	5,28	8,52	23,92	193,48	0,12	0,00	4,00	19,80	70,00	27,40	1,30
	Итого:	280	8,95	11,71	39,74	300,15	0,17	1,42	25,90	156,80	182,10	46,60	1,75
5 день													
	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,20	78,02	0,02	4,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Пирожок с повидлом	75	10,22	7,48	29,18	224,92	0,08	0,04	34,00	50,80	90,20	21,60	0,90
	Итого:	255	11,12	7,66	47,38	302,94	0,10	4,04	34,00	64,80	104,20	29,60	3,70
2 неделя													
1 день													
	Сок фруктовый	1/200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8
	Кондитерское изделие	40	2,24	2,00	20,50	108,96	0,03	0,00	0,00	4,40	20,00	3,60	0,30
	Итого:		3,24	2,20	40,70	195,56	0,05	4,00	0,00	18,40	34,00	11,60	3,10
2 день													
	Сок фруктовый	190	0,95	0,19	19,19	82,27	0,01	3,80	0,00	13,30	13,30	7,60	2,66
	Булочка "Маковка"	70	7,49	4,70	45,90	255,86	0,10	0,08	0,00	12,90	62,10	15,90	1,06
	Итого:	260	8,44	4,89	65,09	338,13	0,11	3,88	0,00	26,20	75,40	23,50	3,72

3 день													
Сок фруктовый	1/200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
Оладьи с молоком сгущенным	50/10	1,30	2,60	10,20	69,40	0,10	20,50	0,00	5,60	37,50	10,30	0,80	
Итого:	260	2,30	2,80	30,40	156,00	0,12	24,50	0,00	19,60	51,50	18,30	3,60	
4 день													
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,20	78,02	0,02	4,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	
Пирожок с повидлом	75	10,22	7,48	29,18	224,92	0,08	0,04	34,00	50,80	90,20	21,60	0,90	
Итого:	255	11,12	7,66	47,38	302,94	0,10	4,04	34,00	64,80	104,20	29,60	3,70	
5 день													
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
Булочка "Школьная"	60	5,01	1,92	26,91	189,96	0,12	0,00	0,00	18,50	28,30	65,00	0,50	
Итого:	260	6,01	2,12	47,11	276,56	0,14	4,00	0,00	32,50	42,30	73,00	3,30	

Основание: сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Могильного М.П. 2011г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник

Технолог Сергей Л.В. Серебрянская