

	Лепёшка сметанная	67	10,7	12	21,0	243	0,1	2	144	32	гост -82
	Фрукты свежие	100	0,5	0,5	13,0	57	0,0	9	24	14	338-17
	Сок фруктовый	200	1,4	0,0	22,3	108	0,1	0	12	0	385-17
Итого за полдник:		367	12,6	12,5	56,3	408	0,2	11	180	45	
	День 4										
Полдник											
	Булочка дорожная	69	6,4	7,8	48,0	251	0,1	10	156	45	425-17
	Фрукты свежие	100	0,5	0,5	13,0	57	0,0	9	24	14	338-17
	Кефир	200	5,8	5,0	8,4	100	0,1	1	24	0	386-17
Итого за полдник:		369	12,7	12,8	56,4	408	0,2	11	180	45	
	День 5										
Полдник											
	Хачапури имеретинские	63	6,4	8,9	35,0	243	0,1	2	128	26	950-87
	Фрукты свежие	100	0,5	0,5	13,0	57	0,0	9	24	14	338-17
	Кисель из шиповника	200	5,8	3,2	8,4	108	0,1	0	28	5	357-17
Итого за полдник:		363	12,7	12,6	56,4	408	0,2	11	180	45	
	День 6										
Полдник											
	Булочка с яблоками	70	10,8	12,3	21,0	243	0,1	2	144	31	568-01
	Фрукты свежие	100	0,5	0,5	13,0	57	0,0	9	24	14	338-17
	Сок фруктовый	200	1,4	0,0	22,3	108	0,1	0	12	0	385-17
Итого за полдник:		370	12,70	12,8	56,3	408	0,2	11	180	45	
	Неделя 2										
Полдник	День 1										
	Булочка "Оригинальная"	84	6,4	8,9	35,0	243	0,1	2	132	31	ТТК-17
	Фрукты свежие	100	0,5	0,5	13,0	57	0,0	9	24	14	338-17
	Молоко кипяченое	200	5,8	3,2	8,4	108	0,1	0	24	0	385-17
Итого за полдник:		384	12,70	12,6	56,4	408	0,2	11	180	45	
	День 2										
Полдник											
	Звёздочка с повидлом	68	6,7	10	36,0	229	0,1	2	128	11	ТТК№18
	Фрукты свежие	100	0,5	0,5	13,0	57	0,0	9	24	14	338-17
	Кисель из брусники	200	5,8	2,5	8,4	122	0,1	0	28	20	54-23-22

Итого за полдник:		368	13,00	13,0	57,4	408	0,2	11	180	45	
	День 3										
Полдник											
	Плюшка "Новомосковская"	96	10,7	12,2	21,0	243	0,1	2	144	31	гост -849
	Фрукты свежие	100	0,5	0,5	13,0	57	0,0	9	24	14	338-17
	Сок фруктовый	200	1,4	0,0	22,3	108	0,1	0	12	0	385-17
Итого за полдник:		396	12,60	12,7	56,3	408	0,2	11	180	45	
	День 4										
Полдник											
	Булочка "Ромашка"	65	6,4	8,9	34,4	243	0,1	2	132	31	ТТК-11
	Фрукты свежие	100	0,5	0,5	13,0	57	0,0	9	24	14	338-17
	Молоко кипяченое	200	5,8	3,2	8,4	108	0,1	0	24	0	385-17
Итого за полдник:		365	12,70	12,6	55,8	408	0,2	11	180	45	
	День 5										
Полдник											
	Сырная палочка	57	6,8	9,4	36,0	243	0,2	2	128	26	ТТК-9
	Фрукты свежие	100	0,5	0,5	13,0	57	0,0	9	24	14	338-17
	Кисель из шиповника	200	5,8	3,2	8,4	108	0,2	0	28	5	357-17
Итого за полдник:	Итого:	357	13,1	13,1	57,4	408	0,2	11	180	45	
	День 6										
Полдник											
	Крендель сахарный	73	6,4	7,1	34,4	251	0,1	1	132	31	415-17
	Фрукты свежие	100	0,5	0,5	13,0	57	0,0	9	24	14	338-17
	Кефир	200	5,8	5,0	8,4	100	0,1	1	24	0	386-17
Итого за полдник:		373	12,7	12,60	55,8	408	0,2	11	180	45	
	Итого за 12 дней:		153,2	152,9	677,2	4896	2,4	132	2160	537	
	Среднее значения за период:		12,8	12,7	56,4	408	0,2	11	180	45	

Средняя энергетическая ценность полдника составляет: 408 ккал.

Настоящее основное (организованное) двухнедельное меню разработано на основе следующей документации:

1. "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" под редакцией М.П. Могильного,

- В.А. Тутельна, изд-во ООО "ДеЛи плюс", г. Москва 2017 год;
2. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций" под редакцией В.Р. Кучма, изд-во "Научный центр здоровья детей", г. Москва 2016 год;
 3. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях" под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна, изд-во ООО "ДеЛи плюс", г. Москва 2012 год;
 4. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников" под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна, изд-во ООО "ДеЛи плюс", г. Москва 2007 год;
 5. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" под редакцией В.Т. Лапшиной, изд-во "Хлебпродинформ", г. Москва 2004 год;
 6. "Сборник рецептур мучных кондитерских и булочных изделий для предприятий общественного питания" под редакцией А.В. Павлов, изд-во "Профикс", г. Санкт-Петербург 2002 год;
 7. "Сборник рецептур блюд и типовых меню для организаций питания обучающихся в общеобразовательных организациях" под редакцией ФБУН "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены", 2022 год;
 8. "Сборник рецептур национальных блюд и кулинарных изделий" под редакцией В.Т. Лапшиной, изд-во "Хлебпродинформ", г. Москва 2001 год;
 9. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания" под редакцией Ф.Л. Марчука, изд-во С.К. Пекарской, г. Москва 1996 год;
 10. "Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания" под редакцией И.М.Скурихина, В.А.Тутельна; изд-во ООО "ДеЛи плюс", г. Москва 2007 год;
 11. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утверждены постановлением Гласного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32.

Сборники технических нормативов предназначены для предприятий всех организационно-правовых форм хозяйствования, обеспечивающих питание обучающихся в общеобразовательных организациях различных типов.

"Согласовано"

Технолог МКУ ЦОМУСО:

