

СОГЛАСОВАНО:

ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 7»

Директор _____ Ключкова С.Н.



УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.



Примерное 10-дневное меню для организации школьного питания

группы продленного дня

ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 7, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

1 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность ккал	№ р
			Б	Ж	У		
День 1							
Полдник	Круассан с начинкой в инд.упаковке	45	2,70	9,00	22,50	184,50	п/п
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	294
	Итого:		2,77	9,01	37,81	246,12	
День 2							
Полдник	Пирожок с повидлом в инд.упаковке	60	4,64	3,89	28,90	169,30	335
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0	14,99	60,64	282
	Итого:		4,80	3,89	43,89	229,94	
День 3							
Полдник	Печенье сахарное	30	2,10	5,70	20,10	141,00	п/п
	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31	288
	Итого:		7,69	12,08	29,48	258,31	
День 4							
Полдник	Сдоба обыкновенная в инд.упаковке	60	4,71	3,67	35,30	193,00	319
	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,34	89,32	296
	Итого:		6,11	5,27	52,64	282,32	
День 5							
Полдник	Батончик вафельный с начинкой в инд.упаковке	22	1,21	6,60	12,32	110,00	п/п
	Сок в инд.упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	п/п
	Итого:		1,21	6,60	34,72	200,00	

СОГЛАСОВАНО:

ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 7»

Директор _____ Ключкова С.Н.



УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.



**Примерное 10-дневное меню для организации школьного питания
группы продленного дня**

ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 7, реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»

2 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность ккал	№ р
			Б	Ж	У		
День 1							
Полдник	Вафли мягкие с начинкой в инд.упаковке	40	2,40	8,00	20,00	160,00	п/п
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	294
	Итого:		2,47	8,01	35,31	221,62	
День 2							
Полдник	Ватрушка со сметаной в инд.упаковке	60	6,57	4,19	24,16	160,61	337
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0	14,99	60,64	282
	Итого:		6,73	4,19	39,15	221,25	
День 3							
Полдник	Пряник	30	1,80	1,95	21,00	108,00	п/п
	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31	288
	Итого:		7,39	8,33	30,38	225,31	
День 4							
Полдник	Булочка ванильная в инд.упаковке	60	8,81	4,45	35,00	215,20	311
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79	283
	Итого:		9,37	4,45	62,89	388,99	
День 5							
Полдник	Пирожное бисквитное с начинкой в инд.упаковке	30	1,80	3,90	16,50	111,00	п/п
	Сок в инд.упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	п/п
	Итого:		1,80	3,90	38,90	201,00	