

СОГЛАСОВАНО:

ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 7»

Директор \_\_\_\_\_ Клочкова 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 злаковое	30	4,20	9,30	12,90	153,00	п/п
	Кефир	200	5,60	6,38	8,18	112,52	272
	Итого:		9,80	15,68	21,08	265,52	
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 зерновой в инд.упаковке	30	1,80	6,30	18,90	141,00	п/п
	Сок в инд.упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	п/п
	Итого:		1,80	6,30	41,30	231,00	

**СОГЛАСОВАНО:**

ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 7»

Директор \_\_\_\_\_ Клочкова 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	№ п/п
			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	Батончик зерновой в инд.упаковке	30	1,20	1,95	23,10	114,00	п/п
	Сок в инд.упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	п/п
	Итого:		1,20	1,95	45,50	204,00	