

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ

Р. В. Мещеряков

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

АО "Арти-Детское питание"

Ляско М.З.

Действует с 03.03.2025г.

ПОЛДНИКИ

ВАРИАНТ №1

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
1 день Понедельник					
Пирожки печеные с картофелем	100	6,69	5,78	40,72	241,62
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60
ИТОГО		7,69	5,98	60,92	328,22
2 день Вторник					
Оладьи с повидлом	100/20	6,08	2,58	62,71	294,60
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	108,00
ИТОГО		11,88	7,58	72,31	402,60
3 день Среда					
Пирожки с яблоками	100	5,80	4,14	45,75	244,78
Ряженка	200	5,80	5,00	11,00	108,00
ИТОГО		11,60	9,14	56,75	352,78
День 4 Четверг					
Ватрушка с творогом	100	10,61	6,49	43,65	276,13
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,26	0,01	15,60	63,53
ИТОГО		10,87	6,50	59,25	339,66
День 5 Пятница					
Булочка домашняя с сахаром	100	10,85	8,69	72,47	411,05
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60
ИТОГО		11,85	8,89	92,67	497,65
День 6 Понедельник					
Пирожок с яблоками	100	5,80	4,14	45,75	244,78
Кефир	200	6,80	5,00	11,00	122,00
ИТОГО		12,60	9,14	56,75	366,78
День 7 Вторник					
Блинчики со сгущенным молоком	100/20	7,80	7,50	44,00	276,11
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,26	0,01	15,60	63,53
ИТОГО		8,06	7,51	59,60	339,64
День 8 Среда					
Ватрушка с повидлом	100	6,08	2,58	62,71	294,60
Ряженка	200	5,80	5,00	11,00	108,00
ИТОГО		11,88	7,58	73,71	402,60

День 9 Четверг					
Рулет с маком	100	9,88	12,45	54,70	370,15
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60
ИТОГО		10,88	12,65	74,90	456,75
День 10 Пятница					
Ватрушка с творогом	100	10,61	6,49	43,65	276,13
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	108,00
ИТОГО		16,41	11,49	53,25	384,13