



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
НОВОКУЙБЫШЕВСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ
УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ
«Фабрика школьного питания»



Согласованно

Директор школы №8 «ОУ»

для Новокуйбышевска

документов классификации Е. В. Черкашев

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор НМУП «ФШП»

Резинкина Л.П.

Примерное циклическое меню полдников на осенне-зимний период
учащихся с 5 – 11 класс СВО общеобразовательной школы

г. Новокуйбышевск

№ 8 ТБОУ с/ш № 8 «ОУ»
г. Новокуйбышевска

Согласовано

Председатель Совета родителей
(засеконная предостановка)
обучающихся

А. В. Терентьева

12

Примерное меню на полдник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
5-9 кл.	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
	Булочка дорожная	50	3,6	7,4	28	193	425
	Фрукт	100	0	0	9	52	331
	Итого	350	4,6	7,4	57	331	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
5-9 кл.	Пирожок с картофелем 2/75	150	9,2	5,4	63,8	340	409/767
	Компот из сухофруктов	200	0,1	0	21,8	87,6	349
	Итого	350	9,3	5,4	85,6	427,6	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
5-9 кл.	Ватрушка с творогом 2/75	150	17,6	5,2	60,6	360	410
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	376
	Итого	350	17,7	5,2	75,6	420	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
5-9 кл.	Булочка домашняя	50	3,75	6,6	54,2	196	424
	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
	Фрукт	100	0	0	9	52	331
	Итого	350	4,75	6,6	83,2	334	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
5-9 кл.	Ватрушка с джемом 2/75	150	8,8	4,6	90,6	440	410
	Напиток из шиповника	200	0,68	0	35	143,8	388
	Итого	350	9,48	4,6	4,6	583,8	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 1							
5-9 кл.	Крендель сахарный	150	6,6	10,5	47,25	310,5	
	Чай с сахаром и лимоном	222	0,2	0	16	65	377
	Итого	372	6,8	10,5	63,25	375,5	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2							
5-9 кл.	Фрукт	150	0	0	13,5	78	331
	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
	Итого	350	1	0	33,5	164	
Неделя 2 День 3							
5-9 кл.	Булочка чайная 2/75	150	14,7	17,1	71,4	498	630/2013
	Напиток из шиповника	200	0,68	0	35	143,8	388
	Итого	350	15,38	17,1	106,4	641,8	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
5-9 кл.	Пирожок с джемом 2/75	150	8,4	2,8	86,2	404	409
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	376
	Итого	350	8,5	2,8	101,2	464	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 5							
5-9 кл.	Сдоба обыкновенная	50	4	6,6	30,1	196	409
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	376
	Фрукт	100	0	0	9	52	331
	Итого	350	4,1	6,6	54,1	308	