

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ

Меню для обучающихся от 12 И СТАРШЕ лет (5-11 кл) (сезон зима-весна)

№	Пищевая ценность МНОГОДЕТНЫЕ 1 СМЕНА						
	Прием пищи, Наименование блюда	Выход порции	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал
1 неделя (понедельник) многодетные				Б	Ж	У	
3	Бутерброд с сыром	40,00	13,25	5,80	8,30	14,83	157,00
382\ттк	Какао с молоком	200,00	11,75	4,60	3,60	12,60	100,40
	Итого	240,00	25,00	10,40	11,90	27,43	257,40
1 неделя (вторник) многодетные							
54	Булочка с повидлом	100,00	20,68	0,84	0,60	4,95	55,68
349\ттк	Компот из смеси сухофруктов	200,00	4,32	0,66	0,090	32,00	132,80
	Итого	300,00	25,00	1,50	0,69	36,95	188,48
1 неделя (среда) многодетные							
70	Булочка с сахаром	100,00	14,24	0,48	0,06	1,02	6,00
379	Кофейный напиток	180,00	10,76	2,84	2,40	15,95	90,54
	Итого	280,00	25,00	3,32	2,46	16,97	96,54
1 неделя (четверг) многодетные							
Пром	Кондитерское изделие(печенье)	40,00	4,96	1,36	3,59	7,27	71,40
389	Соки фруктовые, ягодные (виноградный)	200,00	20,04	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого	240,00	25,00	2,36	3,79	27,47	158,00
День 5 (пятница) многодетные							
377	Чай с лимоном	200,00	3,53	0,13	0,02	15,20	62,00
1	Булочка с начинкой	100,00	21,47	2,36	7,49	14,89	136,00
	Итого	300,00	25,00	2,49	7,51	30,09	198,00
1 неделя (суббота)суббота							
ТТК	Булочка Веснушка	90,00	18,83	3,20	4,30	18,38	125,15
342	Компот из свежих плодов (яблоко)	200,00	6,17	0,16	0,16	27,88	114,60
	Итого	290,00	25,00	3,36	4,46	46,26	239,75

2 неделя(понедельник) многодетные							
338	Кондитерское изделие (печенье)	30,00	3,99	0,44	0,44	10,78	51,70
342	Кисломолочный продукт (кефир 2,5 %)	200,00	21,01	0,16	0,16	27,88	114,60
	Итого	860,00	25,00	25,54	20,43	92,57	730,60
2 неделя (вторник) многодетные							
338	Кондитерское изделие (печенье)	25,00	3,16	0,44	0,44	10,78	51,70
389	Соки фруктовые, ягодные (виноградный)	200,00	21,84	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого	225,00	25,00	1,44	0,64	30,98	138,30
2 неделя (среда) многодетные							
Пром	Булочка с повидлом	100,00	21,19	2,28	0,24	14,37	71,40
ТТК	Фруктовый чай (яблоко)	180,00	3,81	0,580	0,550	24,70	109,35
	Итого	280,00	25,00	2,86	0,79	39,07	180,75
2 неделя(четверг) многодетные							
378\ТТК	Чай с молоком	200,00	7,13	2,31	1,35	15,90	81,00
Пром	Булочка с повидлом	90,00	17,87	1,36	3,70	2,96	25,00
	Итого	290,00	25,00	3,67	5,05	18,86	106,00
2 неделя (пятница) многодетные							
126	Булочка с начинкой	90,00	18,83	2,38	5,36	15,98	128,00
342	Компот из свежих плодов (яблоко)	200,00	6,17	0,16	0,16	27,88	114,60
	Итого	290,00	25,00	2,54	5,52	43,86	242,60
2 неделя (суббота) суббота							
312	Кондитерское изделие(печенье)	40,00	4,96	3,06	4,80	22,43	137,25
389	Соки фруктовые, ягодные (виноградный)	200,00	20,04	1,00	0,20	20,20	86,60
	Итого	240,00	25,00	4,06	5,00	42,63	223,85