

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

ГБОУ «Долматовская школа»

О.В. Кузнецова

Приказ № - 9 от

12.02.2024



**Примерное двухнедельное циклическое меню  
для обучающихся ГОУ ТО «Долматовская школа»  
(подписки за родительскую плату  
7-11 лет)**

№ п.п.	НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Б	Ж	У			
1 День	<i>Полдник</i>							
	1. Блинчики со сливочным маслом	0,1/0,01/0,01	5,85	5,84	29,36	185,98	274	
	2. Чай с сахаром	0,200			15	60	502	
	<b>ИТОГО</b>	<b>0,320</b>	<b>5,85</b>	<b>5,84</b>	<b>44,36</b>	<b>245,98</b>		
2 День	<i>Полдник</i>							
	1. Булочка Домашняя	0,06	4,5	7,8	36,2	233	564	
	2. Напиток кисло-молочный «Снежок»	0,200	5,2	5	22	77		
	<b>ИТОГО</b>	<b>0,260</b>	<b>9,7</b>	<b>12,8</b>	<b>58,2</b>	<b>310</b>		
3 День	<i>Полдник</i>							
	1. пирожки печенные из сдобного теста	0,06	7,72	7,77	48,15	282,15	304	
	2. Кисель плодово-ягодный	0,200	1,4	0,0	29,0	122,0	503	
	<b>ИТОГО</b>	<b>0,260</b>	<b>9,12</b>	<b>7,77</b>	<b>77,15</b>	<b>404,15</b>		
4 День	<i>Полдник</i>							
	1. булочка Веснушка	0,06	7,68	7,35	58,83	332,16	277	
	2. Чай с сахаром	0,200			15	60	502	
	<b>ИТОГО</b>	<b>0,260</b>	<b>7,68</b>	<b>7,35</b>	<b>73,83</b>	<b>392,16</b>		
5 День	<i>Полдник</i>							
	1. ватрушка с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	0,06	7,08	2,63	41,81	219,07	299	
	2. Сок яблочный	0,200	1,0	0,2	20,2	92		
	<b>ИТОГО</b>	<b>0,260</b>	<b>8,08</b>	<b>2,65</b>	<b>62,01</b>	<b>311,07</b>		
6 День	<i>Полдник</i>							
	1. Пирожок печеный с фаршем из свежей капусты	0,06	7,0	7,4	42	262	543	
	2. Чай с сахаром	0,200			15	60	502	
	<b>ИТОГО</b>	<b>0,26</b>	<b>7,0</b>	<b>7,4</b>	<b>57</b>	<b>322</b>		
7 День	<i>Полдник</i>							
	1. гребешок из дрожжевого теста	0,06	6,0	3,9	49,4	257	573	
	2. Напиток кисло-молочный «Снежок»	0,200	5,2	5	22	77		
	<b>ИТОГО</b>	<b>0,260</b>	<b>11,2</b>	<b>8,9</b>	<b>71,4</b>	<b>334</b>		
8 День	<i>Полдник</i>							
	1. пирожок с картофелем и луком	0,06	7,72	7,77	48,15	282,15	315	
	2. Чай с сахаром	0,200			15	60	502	
	<b>ИТОГО</b>	<b>0,26</b>	<b>7,72</b>	<b>7,77</b>	<b>63,15</b>	<b>342,15</b>		

ДЕНЬ	№ п.п.	НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
				Б	Ж	У		
9 День		<i>Полдник</i>						
	1.	Блинчики со сливочным маслом	0,1/0,01/0,01	5,85	5,84	29,36	185,98	274
	2.	Кисель плодово-ягодный	0,200	1,4	0,0	29,0	122,0	503
		<b>ИТОГО</b>	<b>0,320</b>	<b>7,25</b>	<b>5,84</b>	<b>58,36</b>	<b>307,98</b>	
10 День	1.	Булочка домашняя	0,06	4,5	7,8	36,2	233	564
	2.						60	502
		<b>ИТОГО</b>	<b>0,26</b>	<b>4,5</b>	<b>7,8</b>	<b>51,2</b>	<b>293</b>	