

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Аркада"
А.Р. Хазиев



СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ №50
Ю.В. Дорофеева



**Основное десятидневное меню полдников детей обучающихся в 1-4 классах
(за счет средств родителей в размере 60 рублей 00 копеек)**

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)			Витамины					
			всего	в т.ч. <small>жив.</small>	всего	в т.ч. <small>дист.</small>			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг
Полдник 1 день																	
ТТК	Булочка с корицей	100	7,63	1,04	17,21	0,79	37,22	252,88	38,55	12,3	78,2	0,9	46,2	82,5	1,28	0,09	0,04
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	207	0,26	0,00	0,06	0,06	12,23	48,74	3,1	0,82	1,51	0,08	0	0,14	0,01	0	2,74
	Итого за 'Полдник 1 день'	307,00	7,89	1,04	17,27	0,85	49,45	301,62	41,65	13,07	79,71	0,98	46,20	82,63	1,29	0,09	2,78
Полдник 2 день																	
№696 (1996)	Расстегай с рыбой	100	9,93	1,04	7,90	0,97	33,99	198,58	22,78	11,9	60,5	0,84	79,7	58,8	1,04	0,08	7,31
ТТК	Напиток из смородины	200	1,13	0,00	0,12	0,00	15,70	65,27	0,44	0	0	0,04	0	0	0	0	0
	Итого за 'Полдник 2 день'	300,00	11,06	1,04	8,02	0,97	49,69	263,85	23,22	11,88	60,47	0,88	79,74	58,83	1,04	0,08	7,31
Полдник 3 день																	
ТТК	Булочка с маком	100	7,98	1,61	14,32	2,67	33,43	281,05	83,44	24,9	103	1,2	65,4	119	1,26	0,09	0,08
№1041(1982)	Напиток лимонный	200	0,14	0,00	0,02	0,02	15,45	61,55	6,71	1,88	3,45	0,14	0	0,32	0,03	0,01	6,27
	Итого за 'Полдник 3 день'	300,00	8,12	1,61	14,34	2,69	48,88	342,60	90,15	26,80	106,44	1,34	65,40	119,77	1,29	0,10	6,35
Полдник 4 день																	
ТТК	Булочка бутербродная (с сыром)	100	10,75	8,18	11,48	0,92	21,03	250,06	279,6	24,6	225	1,11	123	139	1,15	0,11	0,18
№705 (2004)	Напиток из плодов шиповника	200	0,31	0,00	0,14	0,14	26,07	99,27	6,08	1,57	1,57	0,31	0	86,8	0,34	0,01	1,27
	Итого за 'Полдник 4 день'	300,00	11,06	8,18	11,62	1,06	47,10	349,33	285,65	26,14	227,00	1,42	123,26	226,05	1,49	0,12	127,58
Полдник 5 день																	
№687(1996)	Пирожок печеный с мясом, рисом	100	9,60	1,18	7,02	1,05	30,38	250,48	158,2	17	138	1,01	61,2	70	0,97	0,1	0,1
№588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69	2,46	5,92	6,79	0,14	73,4	6,2	0	0,02	0,63
	Итого за 'Полдник 5 день'	300,00	9,90	1,18	8,58	1,05	50,17	339,17	160,67	22,92	144,46	1,15	134,67	76,18	0,97	0,12	0,73
Полдник 6 день																	
ТТК	Шаньга со сметаной	100	8,31	1,63	9,30	1,18	31,20	220,33	43,44	13,9	88,5	1,02	76,3	83,4	1,31	0,13	0,09
ТТК	Напиток из брусники	200	2,70	0,00	2,51	0,00	19,01	130,66	386,8	66,2	49	10,9	0	86,3	0,42	0,08	12,3
	Итого за 'Полдник 6 день'	307,00	11,01	1,63	11,81	1,18	50,21	350,99	430,27	80,00	137,51	11,87	76,26	169,62	1,73	0,21	12,34

