

«Согласовано»  
Директор  
МОБУ СОШ № 23



« Утверждаю »  
Директор

ООО «Таганрогское школьное питание»



С.В. Орехова

Примерное двухнедельное меню  
второго приема пищи (второй завтрак)  
детей 1 - 4 классов (возрастной категории 7-11 лет)  
с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов  
с 7 ноября по 31 декабря 2023г.  
стоимостью 26 рублей 82 копейки

г. Таганрог  
2023г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (г)				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
<b>1 неделя</b>	<b>1 день</b>													
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	85,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
428	Булочка "Школьная"	60	5,01	1,92	26,91	189,96	0,12	0,00	0,00	18,50	28,30	65,00	0,50	
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>6,01</b>	<b>2,12</b>	<b>47,11</b>	<b>276,56</b>	<b>0,14</b>	<b>4,00</b>	<b>0,00</b>	<b>32,50</b>	<b>42,30</b>	<b>73,00</b>	<b>3,30</b>	
	<b>2 день</b>													
	Сок фруктовый	190	0,95	0,19	19,19	82,27	0,01	3,80	0,00	13,30	13,30	7,60	2,66	
	Булочка "Маковка"	70	7,49	4,70	45,90	255,86	0,10	0,08	0,00	12,90	62,10	15,90	1,06	
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>8,44</b>	<b>4,89</b>	<b>65,09</b>	<b>338,13</b>	<b>0,11</b>	<b>3,88</b>	<b>0,00</b>	<b>26,20</b>	<b>75,40</b>	<b>23,50</b>	<b>3,72</b>	
	<b>3 день</b>													
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36	
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,22	0,04	0,11	59,00	139,20	96,00	9,45	0,49	
	<b>Итого:</b>	<b>257</b>	<b>5,93</b>	<b>8,32</b>	<b>30,03</b>	<b>218,72</b>	<b>0,04</b>	<b>2,94</b>	<b>59,00</b>	<b>153,40</b>	<b>100,40</b>	<b>11,85</b>	<b>0,85</b>	
	<b>4 день</b>													
382	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,67	0,05	1,42	21,9	137	112,1	19,2	0,45	
	Булочка "Домашняя"	100	5,28	8,52	23,92	193,48	0,12	0,00	4,00	19,80	70,00	27,40	1,30	
	<b>Итого:</b>	<b>280</b>	<b>8,95</b>	<b>11,71</b>	<b>39,74</b>	<b>300,15</b>	<b>0,17</b>	<b>1,42</b>	<b>25,90</b>	<b>156,80</b>	<b>182,10</b>	<b>46,60</b>	<b>1,75</b>	
	<b>5 день</b>													
	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,20	78,02	0,02	4,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	
	Пирожок с повидлом	75	10,22	7,48	29,18	224,92	0,08	0,04	34,00	50,80	90,20	21,60	0,90	
	<b>Итого:</b>	<b>255</b>	<b>11,12</b>	<b>7,66</b>	<b>47,38</b>	<b>302,94</b>	<b>0,10</b>	<b>4,04</b>	<b>34,00</b>	<b>64,80</b>	<b>104,20</b>	<b>29,60</b>	<b>3,70</b>	
	<b>2 неделя</b>													
	Сок фруктовый	1/200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
	Кондитерское изделие	40	2,24	2,00	20,50	108,96	0,03	0,00	0,00	4,40	20,00	3,60	0,30	
	<b>Итого:</b>		<b>3,24</b>	<b>2,20</b>	<b>40,70</b>	<b>195,56</b>	<b>0,05</b>	<b>4,00</b>	<b>0,00</b>	<b>18,40</b>	<b>34,00</b>	<b>11,60</b>	<b>3,10</b>	
	<b>2 день</b>													
	Сок фруктовый	190	0,95	0,19	19,19	82,27	0,01	3,80	0,00	13,30	13,30	7,60	2,66	
	Булочка "Маковка"	70	7,49	4,70	45,90	255,86	0,10	0,08	0,00	12,90	62,10	15,90	1,06	
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>8,44</b>	<b>4,89</b>	<b>65,09</b>	<b>338,13</b>	<b>0,11</b>	<b>3,88</b>	<b>0,00</b>	<b>26,20</b>	<b>75,40</b>	<b>23,50</b>	<b>3,72</b>	

<b>3 день</b>													
Сок фруктовый	1/200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
Оладьи с молоком сгущенным	50/10	1,30	2,60	10,20	69,40	0,10	20,50	0,00	5,60	37,50	10,30	0,80	
<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>2,30</b>	<b>2,80</b>	<b>30,40</b>	<b>156,00</b>	<b>0,12</b>	<b>24,50</b>	<b>0,00</b>	<b>19,60</b>	<b>51,50</b>	<b>18,30</b>	<b>3,60</b>	
<b>4 день</b>													
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,20	78,02	0,02	4,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	
Пирожок с повидлом	75	10,22	7,48	29,18	224,92	0,08	0,04	34,00	50,80	90,20	21,60	0,90	
<b>Итого:</b>	<b>255</b>	<b>11,12</b>	<b>7,66</b>	<b>47,38</b>	<b>302,94</b>	<b>0,10</b>	<b>4,04</b>	<b>34,00</b>	<b>64,80</b>	<b>104,20</b>	<b>29,60</b>	<b>3,70</b>	
<b>5 день</b>													
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
Булочка "Школьная"	60	5,01	1,92	26,91	189,96	0,12	0,00	0,00	18,50	28,30	65,00	0,50	
<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>6,01</b>	<b>2,12</b>	<b>47,11</b>	<b>276,56</b>	<b>0,14</b>	<b>4,00</b>	<b>0,00</b>	<b>32,50</b>	<b>42,30</b>	<b>73,00</b>	<b>3,30</b>	

Основание: сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Могильного М.П. 2011г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник

Технолог Серебрянская Л.В. Серебрянская