

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского района «Средняя общеобразовательная школа № 10 им. Героев Сталинградской битвы»

1 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200				
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,62	458,41

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся
возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского**

2 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200				
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся
возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского**

3 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200				
Итого за прием пищи:	300	6,66	6,60	89,48	445,36

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского района «Средняя общеобразовательная школа № 10 с углубленным изучением английского языка»

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200				
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,60	458,41

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся
возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского района**

5 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200				
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского района «Средняя общеобразовательная школа № 10 им. Героев Советского Союза»

6 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200				
Итого за прием пищи:	300	6,66	6,60	89,48	445,36

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского района «Средняя общеобразовательная школа № 10 с углубленным изучением английского языка»

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200				
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,62	458,41

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского района «Средняя общеобразовательная школа № 10 им. Героев Советского Союза»

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100				
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200				
Итого за прием пищи:	300	7,61	5,60	74,70	380,20

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся
возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского района**

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200				
Итого за прием пищи:	300	10,14	11,39	82,30	471,61

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся
возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского района**

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200				
Итого за прием пищи:	300	6,56	6,40	90,18	442,96

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского района «Средняя общеобразовательная школа № 10 им. Героев Советского Союза»

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100				
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200				
Итого за прием пищи:	300	7,61	5,60	74,70	380,20

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгоградского района

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник					
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200				
Итого за прием пищи:	300	10,14	11,39	82,30	471,61

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	98,02	97,45	983,38	5 194,73
Среднее значение за период	8,17	8,12	81,95	432,89
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептур или ТТК
Сборник рецептур или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептур или ТТК
Сборник рецептур или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептур или ТТК
Сборник рецептур или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептур или ТТК
Сборник рецептур или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептур или ТТК
Сборник рецептур или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептур или ТТК
Сборник рецептур или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептур или ТТК
Сборник рецептур или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептов или ТТК
Сборник рецептов или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептов или ТТК
Сборник рецептов или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептов или ТТК
Сборник рецептов или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептур или ТТК
Сборник рецептур или ТТК

с ограниченными
града

Технологическая документация

Сборник рецептур или ТТК
Сборник рецептур или ТТК