



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР- ОЛЫ»

Директор МАУ «Центр детского

здорового питания» Р.Д. Хакимов

Ц.О. Директор ОУ №

СОГЛАСОВАНО

Перспективное десятидневное меню
Полдник (продленная смена)
для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях
г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7 до 12 лет

Полдник *

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 04.09.2023							
Полдник	Корж молочный	100	6,3	11	64,3	383	102/1999
	Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
Итого за полдник		300	6,7	11	91,6	490	
Вторник 05.09.2023							
Полдник	Пирожок с повидлом	100	4,3	4,4	23,7	173	ТТК № 34
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого за полдник		307	4,6	4,4	38,9	233	
Среда 06.09.2023							
Полдник	Плюшка	100	8,1	11,2	66,5	280	ТТК № 14
	Чай с молоком	150/50/15	1,6	1,6	17,3	87	630/3/1994
Итого за полдник		315	9,7	12,8	83,8	367	
Четверг 07.09.2023							
Полдник	Пирожное песочное с вареным сгущенным молоком	100	6,2	23,6	38,8	446	ТТК № 9
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
Итого за полдник		300	7,3	23,6	70,3	571	
Пятница 08.09.2023							
Полдник	Ватрушка с картофелем и сыром	100	11,3	11,3	23,5	269	ТТК №57
	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	693/2004
Итого за полдник		300	16,2	16,3	56	459	

Завтрак
Обед
Полдник

Норма 470-588
Норма 705-823
Норма 235-353

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под ред. Ф.Л.Марчука, 1994г.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т. Лапшиной, 2004г.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под ред. М.П.Могильного, 2005г.

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.09.2023							
Полдник	Минирулеты Яшкино	35	2	4,1	21,9	130	ТН
	Напиток фруктосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого за полдник		442	8,3	10,5	46,5	310	
Вторник 12.09.2023							
Полдник	Кекс "Столичный"	100	6,2	21,6	33,3	412	82/425/1999
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
Итого за полдник		300	6,5	21,6	61,3	532	
Среда 13.09.2023							
Полдник	Ватрушка с картофелем и сыром	100	11,3	11,3	23,5	269	ТТК №57
	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	693/2004
Итого за полдник		300	16,2	16,3	56	459	
Четверг 14.09.2023							
Полдник	Пирожок с капустой и яйцом	100	5,3	3,4	30	174	687/1994
	Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК№28.1
Итого за полдник		300	5,55	3,4	55,1	273	
Пятница 15.09.2023							
Полдник	Пирожок с повидлом	100	4,5	1,6	44,2	208	687/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
Итого за полдник		300	4,9	1,6	63	289	

Завтрак
Обед
Полдник

Норма 470-588
Норма 705-823
Норма 235-353

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под ред. Ф.Л.Марчука, 1994г.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т. Лапшиной, 2004г.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под ред. М.П.Могильного, 2005г.