31

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»

МАУ «Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы»

СОГЛАСОВАНО:
Директор Школы № 31

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 31 г. Йошкар-Олы»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАУ «Центр детского здорового питания»

«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г.ЙОШКАР-ОЛЫ»

А.В.Усков

Перспективное десятидневное меню с 12.10.2026

Полдник-ОВЗ

Для организации детского питания детей

в образовательных учреждениях г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7 лет и старше лет

Полдник ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Печенье "Юбилей"	1/17	1,3	3,2	11	78	ТН
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого:		**374**	**2,2**	**3,8**	**41,2**	**216**	
Вторник							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Апельсин свежий	1/170	1,2	0,2	15,7	59,9	ТН
Итого:		**370**	**1,4**	**0,2**	**30,7**	**117,9**	
Среда							
Полдник	Печенье "Юбилей"	1/17	1,3	3,2	11	78	ТН
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого:		**374**	**2,2**	**3,8**	**41,2**	**216**	
Четверг							
Полдник	Печенье Сормовское	1/50	4	6,5	33	210	ТН
	Напиток из кураги	200	0,9	0	16,1	117	704/2004
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
Итого:		**450**	**5,1**	**6,5**	**59,3**	**407**	
Пятница							
Полдник	Баранка сдобная	1/35	2,9	2,7	19,2	121,8	ТН
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	5	6,4	9,4	120	ТН
Итого:		**435**	**8,1**	**9,1**	**43,6**	**299,8**	

Полдник ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник							
Полдник	Печенье "Юбилей"	1/17	1,3	3,2	11	78	ТН
	Фрукт: Яблоко свежее	1/150	0,6	0,6	15	78	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого:		**374**	**2,2**	**3,8**	**41,2**	**216**	
Вторник							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Апельсин свежий	1/150	1,5	0,3	18,5	70,5	ТН
Итого:		**350**	**1,7**	**0,3**	**33,5**	**128,5**	
Среда							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Груша свежая	1/150	0,8	0,6	20	84	ТН
Итого:		**350**	**1**	**0,6**	**35**	**142**	
Четверг							
Полдник	Печенье "Юбилей"	4/17	5,3	12,8	44	312	ТН
	Сок фруктовый в ассортименте	1/200	0,2	0	10,2	80	ТН
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
Итого:		**475**	**5,8**	**12,8**	**69,4**	**452**	
Пятница							
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Фрукт: Груша свежая	1/150	0,8	0,6	20	84	ТН
Итого:		**350**	**1**	**0,6**	**35**	**142**	