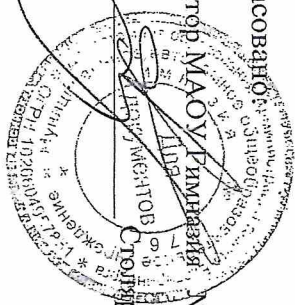


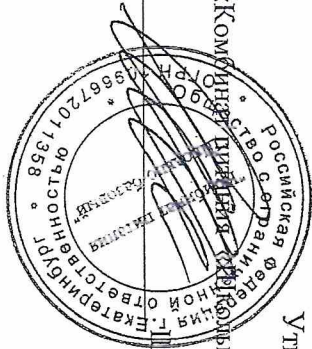
Согласовано
Директор МАОУ «Гимназия» № 176
Столцова Е.В.



Примерное двухнедельное меню дополнительного питания

Сезон: осень/зима/весна 2025-2026

Утверждено:
Директор ООО «Комбинат питания «Колонийно-базовый»
Мелехев М.С.



День: понедельник
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
459	Фрукт	150	0,9	0,2	8,1	40
Итого за день			0,9	0,2	8,1	40

1- расчет пищевой ценности блюда по яблоку Допускается замена на (апельсин,мандарин,банан,нектарин,груша)

2- расчет пищевой ценности блюда по кексу фруктовому , Допускается замена на изделия из Дрожжевого, слоеного теста с различными видами начинок

День: вторник
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
401,07	Мучное изделие	100	3,5	5,8	33,9	204,2
Итого за день			3,5	5,8	33,9	204,2

1- расчет пищевой ценности блюда по яблоку Допускается замена на (апельсин,мандарин,банан,нектарин,груша)

2- расчет пищевой ценности блюда по кексу фруктовому , Допускается замена на изделия из Дрожжевого, слоеного теста с различными видами начинок

День: среда
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
459	Фрукт	150	0,9	0,2	8,1	40
Итого за день			0,9	0,2	8,1	40

1- расчет пищевой ценности блюда по яблоку Допускается замена на (апельсин,мандарин,банан,нектарин,груша)

2- расчет пищевой ценности блюда по кексу фруктовому , Допускается замена на изделия из Дрожжевого, слоеного теста с различными видами начинок

День: четверг
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
401,07	Мушное изделие	100	3,5	5,8	33,9	204,2
Итого за День			3,5	5,8	33,9	204,2

1- расчет пищевой ценности блюда по яблoкy допускается замена на (апельсин,мандарин,банан,нектарин,груша)

2- расчет пищевой ценности блюда по кексу фруктовому , допускается замена на изделия из дрожжевого, слоеного теста с различными видами начинок

День: пятница
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
459	Фрукт	150	0,9	0,2	8,1	40
Итого за День			0,9	0,2	8,1	40
Итого за День			0,9	0,7	28,6	120,7

1- расчет пищевой ценности блюда по яблoкy допускается замена на (апельсин,мандарин,банан,нектарин,груша)

2- расчет пищевой ценности блюда по кексу фруктовому , допускается замена на изделия из дрожжевого, слоеного теста с различными видами начинок

День: четверг
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
401.07	Мучное изделие	100	3,5	5,8	33,9	204,2
Итого за день			3,5	5,8	33,9	204,2

- 1- расчет пищевой ценности блюда по яблоку допускается замена на (апельсин,мандарин,банан,нектарин,груша)
2- расчет пищевой ценности блюда по кексу фруктовому , допускается замена на изделия из дрожжевого, слоеного теста с различными видами начинок

День: пятница
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
459	Фрукт	150	0,9	0,2	8,1	40
Итого за день			0,9	0,2	8,1	40

- 1- расчет пищевой ценности блюда по яблоку допускается замена на (апельсин,мандарин,банан,нектарин,груша)
2- расчет пищевой ценности блюда по кексу фруктовому , допускается замена на изделия из дрожжевого, слоеного теста с различными видами начинок