

Примерное двенадцатидневное меню (сезон - весенний)

Для организации горячего питания групп продленного дня (ГПД) для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Кукморского муниципального района на 2026 учебный год

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ ДЛЯ ГРУПП
ПРОДЛЕННОГО ДНЯ**

	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорий ность, ккал	Витами н В1, мг	Витамин С, мг	Витами н А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	1-ая неделя													
	1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК)													
2008, Речь	кондитерские изделия (печенье)	40	2,9	3,7	28,8	161,7	0	0	0	0	10,4	32,4	7,2	0,6
411/2015, Де	Кисель	200	0,000	0,000	25,100	221,7	0	0,000	0		11,700	4,500	2,000	0,000
	Итого:		2,900	3,700	53,900	383,4	0,010	0,00	0,00	0,000	22,100	36,900	9,2	0,600
	2 день (ВТОРНИК)													
2008, Речь	кондитерские изделия (пряники)	40	2,4	1,9	30	146,4	0	0	0	0	4,4	20	3,6	0,3
349/2015, Де	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0
	Итого:		2,40	1,900	44,600	205	0,000	0,000	0,0	0,000	12,800	20,00	5,400	0,300
	3 день (СРЕДА)													
1/2015, Дели	бутерброд с маслом	40/7	3,000	6,000	19,600	144,3	0,1	0	0,1	1,0	9,1	31,5	11,9	0,7
№ 376	чай с сахаром	200/10	0,2		10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
Сбор.рек. На	Итого:		3,200	6,00	29,7	185	0,100	0,000	0,1	1,000	13,800	38,900	15,900	1,400
	4 день (ЧЕТВЕРГ)													
2008, Речь	кондитерские изделия (печенье)	40	2,9	3,7	28,8	161,7	0	0	0	0	10,4	32,4	7,2	0,6
№ 376	чай с сахаром	200/10	0,2		10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
Сбор.рек. На	Итого:		3,100	3,700	38,900	202,8	0,000	0,00	0,00	0,000	15,100	39,800	11,2	1,300
	5 день (ПЯТНИЦА)													
2008, Речь	кондитерские изделия (пряники)	40	2,4	1,9	30	146,4	0	0	0	0	4,4	20	3,6	0,3
349/2015, Де	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0
	Итого:		2,40	1,900	44,600	205	0,000	0,000	0,0	0,000	12,800	20,00	5,400	0,300

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ ДЛЯ ГРУПП
ПРОДЛЕННОГО ДНЯ**

	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорий ность, ккал	Витами н В1, мг	Витамин С, мг	Витами н А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	2-ая неделя													
	1 день (ПОНЕДЕЛЬНИК)													
2008, Речь	кондитерские изделия (печенье)	40	2,9	3,7	28,8	161,7	0	0	0	0	10,4	32,4	7,2	0,6
411/2015, Де	Кисель	200	0,000	0,000	25,100	221,7	0	0,000	0		11,700	4,500	2,000	0,000
	Итого:		2,900	3,700	53,900	383,4	0,010	0,00	0,00	0,000	22,100	36,900	9,2	0,600
	2 день (ВТОРНИК)													
2008, Речь	кондитерские изделия (пряники)	40	2,4	1,9	30	146,4	0	0	0	0	4,4	20	3,6	0,3
349/2015, Де	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0
	Итого:		2,40	1,900	44,600	205	0,000	0,000	0,0	0,000	12,800	20,00	5,400	0,300
	3 день (СРЕДА)													
1/2015, Дели	бутерброд с маслом	40/7	3,000	6,000	19,600	144,3	0,1	0	0,1	1,0	9,1	31,5	11,9	0,7
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для	чай с сахаром	200/10	0,2		10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	Итого:		3,200	6,00	29,7	185	0,100	0,000	0,1	1,000	13,800	38,900	15,900	1,400
	4 день (ЧЕТВЕРГ)													
2008, Речь	кондитерские изделия (печенье)	40	2,9	3,7	28,8	161,7	0	0	0	0	10,4	32,4	7,2	0,6
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для	чай с сахаром	200/10	0,2		10,1	41,1	0	0	0	0	4,7	7,4	4,0	0,7
	Итого:		3,100	3,700	38,900	202,8	0,000	0,00	0,00	0,000	15,100	39,800	11,2	1,300
	5 день (ПЯТНИЦА)													
2008, Речь	кондитерские изделия (пряники)	40	2,4	1,9	30	146,4	0	0	0	0	4,4	20	3,6	0,3
349/2015, Де	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	8,4	0	1,8	0
	Итого:		2,40	1,900	44,600	205	0,000	0,000	0,0	0,000	12,800	20,00	5,400	0,300