



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
«Фабрика школьного питания»

Согласовано
Директор школы



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор АО «ФШП»



Примерное циклическое меню
полдников учащихся, один из родителей которых относится к категории
лиц участвующих в СВО с 1 - 9 класс
общеобразовательной школы
г. о. Новокуйбышевск

Согласовано.
Председатель Родительского совета.
Миончук (Миончукова Ю.Н.)

2025 год.

Примерное меню на полоники

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
Полдник 1-4 кл.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,00	86,00	п.п.
	Булочка дорожная	100	7,10	14,80	56,10	386,00	425
	Итого:	300	8,10	14,80	76,10	472,00	п.п.
Полдник 5-11 кл.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,00	86,00	п.п.
	Булочка дорожная	50	3,60	7,40	28,00	193,00	425
	Фрукт	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
	Итого:	350	5,00	7,40	60,60	331,00	п.п.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
Полдник 1-4 кл.	Пирожок с картофелем	100	6,10	3,60	42,50	227,00	409/467
	Компот из сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Итого:	300	6,20	3,60	64,30	314,60	
Полдник 5-11 кл.	Пирожок с картофелем 2/75	150	9,20	5,40	63,80	340,00	409/767
	Компот из сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Итого:	350	9,30	5,40	85,60	427,60	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
Полдник 1-4 кл.	Ватрушка с творогом	100	11,70	3,40	40,40	240,00	410
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Итого:	300	11,80	3,40	55,40	300,00	
Полдник 5-11 кл.	Ватрушка с творогом 2/75	150	17,60	5,20	60,60	360,00	410
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Итого:	350	17,70	5,20	75,60	420,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
Полдник 1-4 кл.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,00	86,00	п.п.
	Фрукт	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
	Итого:	300	1,40	0,00	32,60	138,00	
Полдник 5-11 кл.	Булочка домашняя	50	3,75	6,60	54,20	196,00	424
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,00	86,00	п.п.
	Фрукт	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
	Итого:	350	5,15	6,60	86,80	334,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
Полдник 1-4 кл	Ватрушка с джемом	100	5,90	3,00	60,40	293,00	410
	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	35,26	143,80	388
	Итого:	300	6,58	3,00	95,66	436,80	
Полдник 5-11 кл.	Ватрушка с джемом 2/75	150	8,80	4,60	90,60	440,00	410
	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	35,00	143,80	388
	Итого:	350	9,48	4,60	125,60	583,80	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 1							
Полдник 1-4 кл	Крендель сахарный	100	4,40	7,00	31,50	207,00	119*
	Чай с сахаром и лимоном	222	0,20	0,00	16,00	65,00	377
	Итого:	322	4,60	7,00	47,50	272,00	
Полдник 5-11 кл.	Крендель сахарный	150	6,60	10,50	47,25	310,50	119*
	Чай с сахаром и лимоном	222	0,20	0,00	16,00	65,00	377
	Итого:	372	6,80	10,50	63,25	375,50	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2							
Полдник 1-4 кл	Фрукт	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,00	86,00	п.п.
	Итого:	300	1,40	0,00	32,60	138,00	
Полдник 5-11 кл.	Фрукт	150	0,60	0,00	18,90	78,00	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,00	86,00	п.п.
	Итого:	350	1,60	0,00	38,90	164,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 3							
Полдник 1-4 кл	Булочка чайная	100	9,80	11,40	47,60	332,00	630/2013
	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	35,00	143,80	388
	Итого:	300	10,48	11,40	82,60	475,80	
Полдник 5-11 кл.	Булочка чайная 2/75	150	14,70	17,10	71,40	498,00	630/2013
	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	35,00	143,80	388
	Итого:	350	15,38	17,10	106,40	641,80	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
Полдник 1-4 кл.	Пирожок с джемом	100	5,60	1,90	57,50	269,00	409
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Итого:	300	5,70	1,90	72,50	329,00	
Полдник 5-11 кл.	Пирожок с джемом 2/75	150	8,40	2,80	86,20	404,00	409
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Итого:	350	8,50	2,80	101,20	464,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 5							
Полдник 1-4 кл.	Сдоба обыкновенная	100	7,50	13,20	60,90	392,00	424
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Итого:	300	7,60	13,20	75,90	452,00	
Полдник 5-11 кл.	Сдоба обыкновенная	50	4,00	6,60	30,10	196,00	409
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Фрукт	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
	Итого:	350	4,50	6,60	57,70	308,00	