



«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 7



« Утверждаю»

Директор ООО «ФОРМУЛА ВКУСА»

А.А. Белов

2021 г

## Примерное 12- ти дневное меню полдников обучающихся 5-11 классов с ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	Печенье	50	1,15	3,75	16,35	170,5	пром
1 день	Напиток из плодов шиповника	200	0,3	0	15,2	62,0	388
<b>Итого за полдник</b>			<b>1,45</b>	<b>3,75</b>	<b>31,55</b>	<b>232,5</b>	
2 день	Вафли	50	4,0	19,85	2,7	277,0	пром
	Молоко кипяченое	200	2,8	5,0	9,6	107,0	400
<b>Итого за полдник</b>			<b>4,36</b>	<b>8,75</b>	<b>25,95</b>	<b>384,0</b>	
3 день	Пряники	50	1,95	4,69	20,44	213,25	пром
	Сок фруктовый	200	1,00	0	20,20	84,80	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>2,95</b>	<b>4,69</b>	<b>40,64</b>	<b>298,05</b>	
4 день	Вафли	50	4,0	19,85	2,7	277,0	пром
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>4,07</b>	<b>19,87</b>	<b>26,13</b>	<b>274,00</b>	
5 день	Пряники	50	1,95	4,69	20,44	213,25	пром
	Кефир	200	4,86	5,00	9,78	103,5	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>6,42</b>	<b>8,75</b>	<b>26,13</b>	<b>316,75</b>	
6 день	Печенье	50	1,15	3,75	16,35	170,5	
	Молоко кипяченое	200	2,8	5,0	9,6	107,0	400
<b>Итого за</b>			<b>3,95</b>	<b>8,75</b>	<b>25,95</b>	<b>277,5</b>	

<b>полдник</b>							
Неделя 2 1 день	Пряники	50	1,95	4,69	20,44	213,25	пром
	Сок фруктовый	200	1,00	0	20,20	84,80	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>2,95</b>	<b>4,69</b>	<b>40,64</b>	<b>298,05</b>	
2 день	Печенье	50	1,15	3,75	16,35	170,5	пром
	Кефир	200	4,86	5,00	9,78	103,5	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>6,42</b>	<b>8,75</b>	<b>26,13</b>	<b>274,00</b>	
3 день	Вафли	50	4,0	19,85	2,7	277	пром
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	60,46	376
<b>Итого за полдник</b>			<b>4,07</b>	<b>19,87</b>	<b>17,70</b>	<b>337,46</b>	
4 день	Печенье	50	1,15	3,75	16,35	170,5	пром
	Напиток из плодов шиповника	200	0,3	0	15,2	62,00	388
<b>Итого за полдник</b>			<b>1,45</b>	<b>3,75</b>	<b>31,55</b>	<b>232,5</b>	
5 день	Пряники	50	1,95	4,69	20,44	213,25	пром
	Сок фруктовый	200	1,00	0	20,20	84,80	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>2,95</b>	<b>4,69</b>	<b>40,64</b>	<b>298,05</b>	
6 день	Вафли	50	4,0	19,85	2,7	277	пром
	Молоко кипяченное	200	2,8	5,0	9,60	107,0	400
<b>Итого за полдник</b>			<b>4,36</b>	<b>8,75</b>	<b>25,35</b>	<b>384,0</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>			<b>3,78</b>	<b>8,76</b>	<b>29,86</b>	<b>300,57</b>	