

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 4

« 01 сентября 2021 г »



«Утверждаю»

Директор ООО «ФОРМУЛА ВКУСА»

А.А. Белов

2021 г



## Примерное 12-ти дневное меню полдников обучающихся 1-4 классов с ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	Печенье	40	0,92	3,0	13,08	136,4	пром
1 день	Напиток из плодов шиповника	180	0,27	0	13,68	55,8	388
<b>Итого за полдник</b>			<b>1,19</b>	<b>3</b>	<b>26,76</b>	<b>192,2</b>	
2 день	Вафли	40	3,2	15,88	2,16	221,6	пром
	Молоко кипяченое	180	2,52	4,5	8,64	96,3	400
<b>Итого за полдник</b>			<b>4,08</b>	<b>8,25</b>	<b>24,99</b>	<b>317,9</b>	
3 день	Пряники	50	1,95	4,69	20,44	213,25	пром
	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,32	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>2,85</b>	<b>4,69</b>	<b>38,62</b>	<b>289,57</b>	
4 день	Вафли	40	3,2	15,88	2,16	221,6	пром
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>3,27</b>	<b>15,9</b>	<b>17,16</b>	<b>282,06</b>	
5 день	Пряники	50	1,95	4,69	20,44	213,25	пром
	Кефир	180	4,37	4,5	8,8	93,15	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>5,93</b>	<b>8,25</b>	<b>25,15</b>	<b>306,40</b>	
6 день	Печенье	40	0,92	3,0	13,08	136,4	
	Молоко кипяченое	180	2,52	4,5	8,64	96,3	400
<b>Итого за</b>			<b>3,44</b>	<b>7,5</b>	<b>21,72</b>	<b>232,7</b>	

<b>полдник</b>							
Неделя 2	Пряники	50	1,95	4,69	20,44	213,25	пром
1 день							
	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,32	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>2,85</b>	<b>4,69</b>	<b>38,62</b>	<b>289,57</b>	
2 день	Печенье	40	0,92	3,0	13,08	136,4	пром
	Кефир	180	4,37	4,5	8,8	93,15	
<b>Итого за полдник</b>			<b>5,93</b>	<b>8,25</b>	<b>25,15</b>	<b>229,55</b>	
3 день	Вафли	40	3,2	15,88	2,16	221,6	
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	376
<b>Итого за полдник</b>			<b>3,27</b>	<b>15,9</b>	<b>17,16</b>	<b>282,06</b>	
4 день	Печенье	40	0,92	3,0	13,08	136,4	
	Напиток из плодов шиповника	180	0,27	0	13,68	55,8	388
<b>Итого за полдник</b>			<b>1,19</b>	<b>3</b>	<b>26,76</b>	<b>192,2</b>	
5 день	Пряники	50	1,95	4,69	20,44	213,25	
	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,32	пром
<b>Итого за полдник</b>			<b>2,85</b>	<b>4,69</b>	<b>38,62</b>	<b>289,57</b>	
6 день	Вафли	40	3,2	15,88	2,16	221,6	пром
	Молоко кипяченное	180	2,52	4,5	8,64	96,3	400
<b>Итого за полдник</b>			<b>4,08</b>	<b>8,25</b>	<b>24,99</b>	<b>317,9</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>			<b>3,41</b>	<b>7,7</b>	<b>27,14</b>	<b>268,47</b>	