

УТВЕРЖДАЮ:

Директор БОУ СОШ № 323

Невского района г. Санкт-Петербурга

И.В. Дерезина



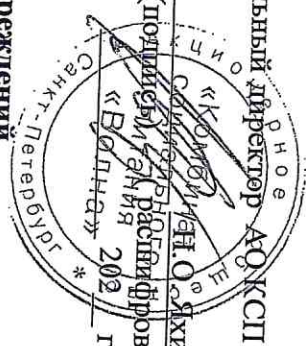
УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор АО КСП «Волна»

«Коммунальное предприятие «Волна»

(подпись) И.В. Дерезина /

«Волна» 2021 г.



Примерное меню
вариантов полдников для образовательных учреждений
Невского района г. Санкт-Петербурга на 2021-2022 год

Наименование	Выход г/	Белки г/	Жиры г/	Углеводы г/	Энергетическая ценность /ккал/	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технологической карты
1 вариант	2	3	4	5	6	7	8
Оладьи с творогом, ступённым молоком	170	15,46	13,97	64,56	446	2011	404
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107,0	2008	432
Итого:	45-00	16,96	15,27	86,96	553		
2 вариант							
Пицца « Школьная	100	8,6	8,7	32,7	245,0	2008	454
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	2008	402
Итого:	45-00	9,2	8,8	64,4	376		
3 вариант							
Блинчики с яблочным фаршем с маслом сливочным	170/5	14,6	18,4	49,0	273,4	2011	1258
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	60,0	2008	430
Итого:	45-00	14,8	18,4	64	333,4		

4 вариант									
Сырники из творога с молоком сгущенным	150 (120/30)	13,7	13,2	19,1	281,2	2008	219		
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	32,4	107,0	2008	432		
Итого:	45-00	15,2	14,5	51,5	388,2				
5 вариант									
Оладьи с яблоками со сгущенным молоком	150/30	13,5	12,5	66,1	430,6	2008	446		
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0	2008	433		
Итого:	45-00	16,4	15	90,9	564,6				
6 вариант									
Закрытый бутерброд с сыром (со сдобой обыкновенной)	25/75	9,0	11,5	19,1	299,4	2008	9		
Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0,1	15,2	62	2008	431		
Яблоко свежее	100	0,48	0,4	9,8	47,0	2011	338		
Итого:	45-00	9,78	12	44,1	408,4				
7 вариант									
Пицца школьная	100	9,89	16,25	28,3	299	2011	413		
Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0,1	15,2	62	2008	431		
Итого:		10,19	16,35	43,5	361	4019			
8 вариант									
Блинчики с капустным фаршем с маслом сливочным	200/3	12,5	16,83	28,8	307,09	1996	680/724		
Какао с молоком	200	0,2	0,0	15,0	60,0	2008	433		
Итого:	45-00	12,7	16,83	43,8	367,09				
9 вариант									
Омлет натуральный	150	15,9	26,25	3,0	312	2008	214		
Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0,1	15,2	62	2008	431		
Булочка сдобная	40	2,88	1,682	21,28	112,8	2008	464		

Итого:	45-00	19,08	28,032	39,48	486,8		
10 вариант							
Шанежки наливные с ягодами	100	8,4	17,1	17,4	273,9	1996	693
Комлот из вишни	200	1,5	1,3	27,8	115,0	2008	394
Итого:	45-00	9,9	18,4	45,2	388,9		
11 вариант							
Оладьи с джемом	150/25	11,2	10,4	75,5	440,1	2008	444
Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0,1	15,2	62	2008	431
Яблоко свежее	100	0,48	0,4	9,8	47,0	2011	338
Итого:	45-00	11,98	10,9	100,5	549,1		
12 вариант							
Сосиска запечённая в тесте	80 (30/50)	7,3	7,4	24,6	228,6	1996	701
Какао с молоком	200	0,2	0,0	15,0	60,0	2008	433
Итого:	45-00	7,5	7,4	39,6	288,6		