

Согласовано:

КОПИЯ ВЕРНА

Утверждаю:

ГБОУ средняя школа № 305

Согласовано директор Е.А. Казанцева

Генеральный директор
ООО "Торговый Дом А.П.Иванов"

Иванов Ю.А.

2024 год

2024 год

Циклическое двухнедельное платное меню рациона питания (дополнительный завтрак) для предоставления питания учащимся общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга в возрасте с 7 до 11 лет за счет средств родителей

Рацион: Платный доп.завтрак Неделя: 1 День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ТТК	Сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Доп. завтрак	Вафли	60	2,4	16,2	37,2	306	ТТК№11	ТТК
	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,5	0,1	9,9	43	ТТК№9	ТТК
Итого за Дополнительный завтрак		260	2,9	16,3	47,1	349		
Итого за день		260	2,9	16,3	47,1	349		

Рацион: Платный доп.завтрак Неделя: 1 День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ТТК	Сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Доп. завтрак	Йогурт 2,5%- 3,2%	125	4	3,1	13	100	ТТК№4	ТТК
	Булочка домашняя	50	3,3	6,2	27,9	180	ТТК №26	ТТК
Итого за Дополнительный завтрак		175	11,1	7,08	43,53	290		
Итого за день		175	11,1	7,08	43,53	290		

Рацион: Платный доп.завтрак Неделя: 1 День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ТТК	Сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Доп. завтрак	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,5	0,1	9,9	43	ТТК№9	ТТК
	Булочка "Дорожная"	50	3,13	7	26,13	180	470	2008
Итого за Дополнительный завтрак		250	3,63	7,1	36,03	223		
Итого за день		250	3,63	7,1	36,03	223		

Рацион: Платный доп.завтрак Неделя: 1 День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ТТК	Сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Доп. завтрак	Коктейль	200	5,2	4,6	32,2	185,8	ТТК №28	ТТК
	Печенье	60	5,4	8,7	45,75	285,45	ТТК№2	ТТК
Итого за Дополнительный завтрак		260	10,6	13,3	77,95	471,25		
Итого за день		260	10,6	13,3	77,95	471,25		

Рацион: Платный доп.завтрак Неделя: 1 День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ТТК	Сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Доп. завтрак	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,5	0,1	9,9	43	ТТК№9	ТТК
	Слойка с повидлом	75	4	1,5	33,1	255	ТТК №29	ТТК
Итого за Дополнительный завтрак		275	4,5	1,6	43	298		
Итого за день		275	4,5	1,6	43	298		

Рацион: Платный доп.завтрак Неделя: 2 День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ТТК	Сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Доп. завтрак	Коктейль	200	5,2	4,6	32,2	185,8	ТТК №28	ТТК

