УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Каскад"
Н.А.Елькина _____
"____" 2026год

СОГЛАСОВАНО
ИО директора МБОУ СОШ №75
Н. В. Репина _____
"____" 2026 год

Основное десятидневное меню полдников детей обучающихся в 1-11 классах
(за счет средств родителей в размере 60 рублей 00 копеек)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Полдник 1 день																
ТТК	Булочка с корицей	100	7,63	1,04	17,21	0,79	60,22	422,88	38,55	12,25	78,2	0,9	46,2	82,49	1,28	0,09	0,04
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	207	0,26	0,00	0,06	0,06	12,23	48,74	3,1	0,82	1,51	0,08	0	0,14	0,01	0	2,74
	Итого за 'Полдник 1 день'	**207,00**	**7,89**	**1,04**	**17,27**	**0,85**	**72,45**	**471,62**	**41,65**	**13,07**	**79,71**	**0,98**	**46,20**	**82,63**	**1,29**	**0,09**	**2,78**
	Полдник 2 день																
№79 (2003)	Шаньга со сметаной	100	8,31	1,63	10,34	1,18	51,21	330,33	43,44	13,85	88,51	1,02	76,26	83,37	1,31	0,13	0,09
ТТК	Напиток вишневый	200	0,47	0,00	0,61	0,00	17,29	88,24	3,68	10	11,47	0,2	179,9	9,3	0	0,03	2,32
	Итого за 'Полдник 2 день'	**300,00**	**8,78**	**1,63**	**10,95**	**1,18**	**68,50**	**418,57**	**47,12**	**23,85**	**99,98**	**1,22**	**256,19**	**92,67**	**1,31**	**0,16**	**2,41**
	Полдник 3 день																
ТТК	Булочка с маком	100	7,98	1,61	14,32	2,67	53,43	371,05	83,44	24,92	102,99	1,2	65,4	119,45	1,26	0,09	0,08
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	16,31	62,87	0,44	0	0	0,04	0	0	0	0	0
	Итого за 'Полдник 3 день'	**300,00**	**8,20**	**1,61**	**14,32**	**2,67**	**69,74**	**433,92**	**83,88**	**24,92**	**102,99**	**1,24**	**65,40**	**119,45**	**1,26**	**0,09**	**0,08**
	Полдник 4 день																
ТТК	Булочка бутербродная (с сыром)	100	13,75	8,18	15,48	0,92	41,03	359,06	279,6	24,57	225,43	1,11	123,3	139,25	1,15	0,11	0,18
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	207	0,26	0,00	0,06	0,06	12,23	48,74	3,1	0,82	1,51	0,08	0	0,14	0,01	0	2,74
	Итого за 'Полдник 2 день'	**300,00**	**14,01**	**8,18**	**15,54**	**0,98**	**53,26**	**407,80**	**282,67**	**25,39**	**226,94**	**1,19**	**123,26**	**139,39**	**1,16**	**0,11**	**2,92**
	Полдник 5 день																
№687(1996)	Пирожок печеный с мясом, рисом	100	13,52	1,16	10,92	0,95	43,85	326,68	17,92	12,13	73,28	0,95	60,09	66,65	1,05	0,11	0,27
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	207	0,26	0,00	0,06	0,06	12,23	48,74	3,1	0,82	1,51	0,08	0	0,14	0,01	0	2,74
	Итого за 'Полдник 5 день'	**300,00**	**13,78**	**1,16**	**10,98**	**1,01**	**56,08**	**375,42**	**21,02**	**12,95**	**74,79**	**1,03**	**60,09**	**66,79**	**1,06**	**0,11**	**3,01**
	Полдник 6 день																
ТТК	Булочка с маком	100	7,98	1,61	14,32	2,67	53,43	371,05	83,44	24,92	102,99	1,2	65,4	119,45	1,26	0,09	0,08
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	16,31	62,87	0,44	0	0	0,04	0	0	0	0	0
	Итого за 'Полдник 6 день'	**307,00**	**8,20**	**1,61**	**14,32**	**2,67**	**69,74**	**433,92**	**83,88**	**24,92**	**102,99**	**1,24**	**65,40**	**119,45**	**1,26**	**0,09**	**0,08**

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Полдник 7 день																
ТТК	Булочка с корицей	100	7,63	1,04	17,21	0,79	60,22	422,88	38,55	12,25	78,2	0,9	46,2	82,49	1,28	0,09	0,04
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	207	0,26	0,00	0,06	0,06	12,23	48,74	3,1	0,82	1,51	0,08	0	0,14	0,01	0	2,74
	Итого за 'Полдник 2 день'	**300,00**	**7,89**	**1,04**	**17,27**	**0,85**	**72,45**	**471,62**	**41,65**	**13,07**	**79,71**	**0,98**	**46,20**	**82,63**	**1,29**	**0,09**	**2,78**
	Полдник 8 день																
№73 (2003)	Расстегай с рыбой (филе минтая)	100	10,93	1,04	5,90	0,97	40,99	258,58	22,78	11,88	60,47	0,84	79,74	58,83	1,04	0,08	7,31
ТТК	Напиток "Здоровье" (с брусникой)	200	1,41	0,00	1,32	0,05	22,86	132,74	197,3	34,45	26,05	5,78	0	44,1	0,24	0,05	7,41
	Итого за 'Полдник 8 день'	**300,00**	**12,34**	**1,04**	**7,22**	**1,02**	**63,85**	**391,32**	**220,07**	**46,33**	**86,52**	**6,62**	**79,74**	**102,93**	**1,28**	**0,13**	**14,72**
	Полдник 9 день																
ТТК	Шаньга с творогом	100	14,19	9,76	8,90	0,53	37,00	284,97	93,63	19,35	161,07	0,92	62,73	69,65	0,82	0,1	0,24
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76	0	0	0	0	117,6	0	0	0,29	19,6
	Итого за 'Полдник 9 день'	**300,00**	**14,19**	**9,76**	**8,90**	**0,53**	**55,97**	**355,72**	**93,63**	**19,35**	**161,07**	**0,92**	**180,33**	**69,65**	**0,82**	**0,39**	**19,84**
	Полдник 10 день																
ТТК	Булочка бутербродная (с сыром)	100	13,75	8,18	15,48	0,92	41,03	359,06	279,6	24,57	225,43	1,11	123,3	139,25	1,15	0,11	0,18
№686 (2004)	Чай с сахаром, лимоном	207	0,26	0,00	0,06	0,06	12,23	48,74	3,1	0,82	1,51	0,08	0	0,14	0,01	0	2,74
	Итого за 'Полдник 10 день'	**300,00**	**14,01**	**8,18**	**15,54**	**0,98**	**53,26**	**407,80**	**282,67**	**25,39**	**226,94**	**1,19**	**123,26**	**139,39**	**1,16**	**0,11**	**2,92**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 426456552816304982968298641396380596952160717966

Владелец Филатова Дарья Валерьевна

Действителен С 18.09.2026 по 18.09.2027