



Утверждаю:

Директор МБОУ –СОШ №4 им. В.И. Ленина

Г. Клиницы

А.В.Долонько 2026 г

2026-2027 учебный год

Примерное двенадцатидневное меню полдников при МБОУ - СОШ №4 им.В.И.Ленина

для учащихся 1-11 классов дети с ОВЗ,инвалиды

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

Первый день

Сборник рецептов	Выход блюда	Наименование блюд	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE
			Белки, г	Жиры, г						
	100	Фрукт	3,4	16	33	0,02	0,07	0	2,75	1,5
		<u>Пищевая ценность</u>	3,4	16	33	0,02	0,07	0	2,75	1,5

Второй день

Сборник рецептов	Выход блюда	Наименование блюд	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE
			Белки, г	Жиры, г						
	100	Фрукт	1,9	16	33	0,02	0,07	0	2,75	1,15
		<u>Пищевая ценность</u>	1,9	16	33	0,02	0,07	0	2,75	1,15

Третий день

Сборник рецептов	Выход блюда	Наименование блюд	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE
			Белки, г	Жиры, г						
	100	Фрукт	1,9	16	33	0,02	0,07	0	2,75	1,15
		<u>Пищевая ценность</u>	1,9	16	33	0,02	0,07	0	2,75	1,15

Четвертый день											
Сборник рецеп	Выход блю	Наименование блюд	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE	
			Белки, г	Жиры, г							
	100	Фрукт	1,9	16	33	294	0,02	0,07	2,75	1,15	
		Пищевая ценность	1,9	16	33	294	0,02	0,07	2,75	1,15	
Пятый день											
Сборник рецеп	Выход блю	Наименование блюд	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE	
			Белки, г	Жиры, г							
	100	Фрукт	1,9	16	33	294	0,02	0,07	2,75	1,15	
		Пищевая ценность	1,9	16	33	294	0,02	0,07	2,75	1,15	
Шестой день											
Сборник рецеп	Выход блю	Наименование блюд	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE	
			Белки, г	Жиры, г							
	100	Фрукт	1,9	16	33	294	0,02	0,07	2,75	1,15	
		Пищевая ценность	1,9	16	33	294	0,02	0,07	2,75	1,15	
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ											
Первый день											
Сборник рецеп	Выход блю	Наименование блюд	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE	
			Белки, г	Жиры, г							
	100	Фрукт	1,9	16	33	294	0,02	0,07	2,75	1,15	
		Пищевая ценность	1,9	16	33	294	0,02	0,07	2,75	1,15	
Второй день											
Сборник рецеп	Выход блю	Наименование блюд	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE	
			Белки, г	Жиры, г							
	100	Фрукт	1,9	16	33	294	0,02	0,07	2,75	1,15	
		Пищевая ценность	1,9	16	33	294	0,02	0,07	2,75	1,15	

100	Фрукт	1,9	16	33	294	0,02	0,07	0	2,75	1,15
	<u>Пищевая ценность</u>	1,9	16	33	294	0,02	0,07	0	2,75	1,15

Третий день

ГРЕИТИ ДЕНЬ												
Сборник рецептов	Выход блю	Наименование блюд		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE
				Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г						
	100	Фрукт		1,9	16	33	294	0,02	0,07	0	2,75	1,15
		<u>Пищевая ценность</u>		1,9	16	33	294	0,02	0,07	0	2,75	1,15

Четвертый день

ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ												
Сборник рецептов	Выход блюда	Наименование блюд		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
	100	Фрукт		1,9	16	33	294	0,02	0,07	0	2,75	1,15
		<u>Пищевая ценность</u>		1,9	16	33	294	0,02	0,07	0	2,75	1,15

Пятый день

ПЯТЫЙ ДЕНЬ												
Сборник рецептов	Выход блюда	Наименование блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
	100	Фрукт		1,9	16	33	294	0,02	0,07	0	2,75	1,15
		Пищевая ценность		1,9	16	33	294	0,02	0,07	0	2,75	1,15

Шестой день

шестой день												
Сборник рецептов	Выход блюда	Наименование блюд		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин В1	Витамин В2	Витамин С	СА	FE
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
	100	Фрукт		1,9	16	33	294	0,02	0,07	0	2,75	1,15
		<u>Пищевая ценность</u>		1,9	16	33	294	0,02	0,07	0	2,75	1,15