Согласовано:
Директор ГБОУ школы №497
«01» сентября 2026г

Утверждаю:
Генеральный директор АО КСП « Волна»
_____ Л.С. Страшнова
«____» _____ 2026 г

Примерное меню
вариантов полдников для образовательных учреждений
Невского района г. Санкт – Петербурга на 2026-2027 год

Наименование	Стоимость полдника	Выход (г)	Белки /г/	Жиры /г/ всего	Угле - воды (г) всего	Энергетическая Ценность (Калл)	Технологическая и нормативная документация	№ рецепруры или технологической карты
1		2	3	4	5	6	7	8
1 вариант								
Оладьи с яблоками, сгущённым молоком		150 (130/20)	6,8	4,2	36,0	214,0	2008	446
Кофейный напиток		200	1,5	1,3	22,4	107,0	2008	432
Итого:	100-00							
2вариант								
Булочка творожная		100	10,8	5,6	46,8	288,0	2008	479
Какао с молоком		200	2,9	2,5	24,8	134,0	2008	433
Итого:	100-00							
3 вариант								
Блинчики с яблочным фаршем с маслом сливочным		150 130/20	14,6	18,4	49,0	273,4	2008	447
Чай с сахаром		200	0,2	0,0	15,0	60,0	2008	430

Итого:	100-00							
4 вариант								
Сырники из творога с молоком сгущенным		150 (130/20)	13,7	13,2	19,1	281,2	2008	219
Кофейный напиток		200	1,5	1,3	32,4	107,0	2008	432
Итого:	100-00							
5 вариант								
Оладьи с джемом		150 (130/20)	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:	100-00							
6 вариант								
Закрытый бутерброд с сыром (со сдобой обыкновенной)		(75/25) 100	9,0	11,5	19,1	299,4	2008	9
Чай с сахаром и лимоном		200	0,3	0,1	15,2	62	2008	431
Яблоко свежее		100	0,48	0,4	9,8	47,0	2011	338
Итого:	100-00							
7 вариант								
Пицца школьная		100	9,89	16,25	28,3	299	2011	413
Чай с сахаром и лимоном		200	0,3	0,1	15,2	62	2008	431
Итого:	100-00							
8 вариант								
Блинчики с капустным фаршем с маслом сливочным		150 (130/20)	12,5	16,83	28,8	307,09	ттк	447
Какао с молоком		200	0,2	0,0	15,0	60,0	2008	433
Итого:	100-00							
9 вариант								
Бутерброд, запеченный с ветчиной и сыром		100	15,9	26,25	3,0	312	ттк	3/11

Чай с сахаром и лимоном		200	0,3	0,1	15,2	62	2008	431
Итого:	100-00							
10 вариант								
Ватрушка с повидлом		100	5,6	2,0	56,4	285,3	2008	453
Какао с молоком		200	0,2	0,0	15,0	60,0	2008	433
Итого:	100-00							
11 вариант								
Блинчики с повидлом и маслом		130/20	4,8	8,9	35,6	239,0	2008	448
Чай с сахаром и лимоном		200	0,3	0,1	15,2	62	2008	431
Итого:	100-00							
12 вариант								
Сосиска запечённая в тесте		100 50/50	15,2	16,7	9,3	252,0	2008	306
Кофейный напиток		200	1,5	1,3	32,4	107,0	2008	432
Итого:	100-00							

*Стоимость питания за полдник