

Школа

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная рисовая
			гор.напиток	
			хлеб	Пшеничный
			фрукты	Банан
			Сок	Фруктовый
			<i>итого</i>	
1	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Котлета мясная
				Каша гречневая рассыпчатая
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Пшеничный
			фрукты	Апельсин
			<i>итого</i>	
1	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Суп- уха (с рыбными консервами)
			гор.напиток	
			хлеб	Пшеничный
			фрукты	Банан

			Сок	Фруктовый
			<i>итого</i>	
1	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	3	Итого за день:		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Котлета мясная
				Макаронные изделия отварные
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Пшеничный
			фрукты	
			Кондит.изд.	Печенье
			<i>итого</i>	
1	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	4	Итого за день:		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная пшеничная
			гор.напиток	
			хлеб	Пшеничный
			фрукты	Яблоко
			Сок	Фруктовый
			<i>итого</i>	
1	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	

			<i>итого</i>	
1	5	Итого за день:		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Тефтели мясные
				Пюре картофельное
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Пшеничный
			фрукты	Яблоко
			<i>итого</i>	
2	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	1	Итого за день:		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Суп картофельный с мясными фрикадельками
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Пшеничный
			фрукты	
			Кондит.изд.	Печенье
			<i>итого</i>	
2	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	2	Итого за день:		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная манная
			гор.напиток	
			хлеб	Пшеничный
			фрукты	Яблоко
			Сок	Фруктовый
			<i>итого</i>	
2	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	

			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	3	Итого за день:		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Тефтели мясные
				Каша гречневая рассыпчатая
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Пшеничный
			фрукты	Апельсин
			<i>итого</i>	
2	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	4	Итого за день:		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Котлета мясная
				Рис отварной
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Пшеничный
			фрукты	Яблоко
			<i>итого</i>	
2	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	5	Итого за день:		
		Среднее значение за период:		

Утвердил: должность **И.о директора**
 фамилия **Алексеева В.В.**
 дата **1 9 2024**
день месяц год

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
200	6,27	10,87	33,83	258	182	22,24
70	4	0,75	20,05	104	114	4,9
100	1,5	0,5	21	95	368	19
200	1	0,2	20,2	75		24
570	12,77	12,32	95,08	532		70,14
0	0	0	0	0		0
570	12,77	12,32	95,08	532		70,14
80	24,18	20,58	24,85	380,8	268	35
150	7,43	6,11	36,55	233,33	302	6,1
200	0	0	14,97	57	376	2,19
70	4	0,75	20,05	104	114	4,9
100	0,6	0,14	15	66	368	17
600	36,21	27,58	111,42	841,13		65,19
0	0	0	0	0		0
600	36,21	27,58	111,42	841,13		65,19
250	7,52	3,77	36,05	135	97	23,5
70	4	0,75	20,05	104	114	4,9
100	1,5	0,5	21	95	368	19

0	0	0	0	0		0
570	13,91	12,12	88,25	506		66,9
80	15,31	17,34	14,85	276,25	202	36
180	3,76	5,58	17,42	165	312	11,58
200	0	0	14,97	57	376	2,19
70	4	0,75	20,05	104	114	4,9
100	0,4	0,4	9,8	44	368	14
630	23,47	24,07	77,09	646,25		68,67
0	0	0	0	0		0
630	23,47	24,07	77,09	646,25		68,67
250	6,15	5,96	14,09	153	104	42,3
200	0	0	14,97	57	376	2,19
70	4	0,75	20,05	104	114	4,9
50	1,88	2,45	18,6	104,25		13
570	12,03	9,16	67,71	418,25		62,39
0	0	0	0	0		0
570	12,03	9,16	67,71	418,25		62,39
200	7,25	10,87	32,74	257	181	23,6
70	4	0,75	20,05	104	114	4,9
100	0,4	0,4	9,8	44		14
200	1	0,2	20,2	75		24
570	12,65	12,22	82,79	480		66,5

0	0	0	0	0		0
570	12,65	12,22	82,79	480		66,5
80	15,31	17,34	14,85	276,25	202	36
150	7,43	6,11	36,55	233,33	302	6,1
200	0	0	14,97	57	376	2,19
70	4	0,75	20,05	104	114	4,9
100	0,6	0,14	15	66	368	17
600	27,34	24,34	101,42	736,58		66,19
0	0	0	0	0		0
600	27,34	24,34	101,42	736,58		66,19
150	4,99	6,14	27,73	178	228	35
150	7,43	6,11	36,55	233,33	224	8,3
200	0	0	14,97	57	376	2,19
70	4	0,75	20,05	104	114	4,9
100	0,4	0,4	9,8	44	368	14
670	16,82	13,4	109,1	616,33		64,39
0	0	0	0	0		0
670	16,82	13,4	109,1	616,33		64,39
595	20,427	17,035	93,636	600,959		66,416