

Школа

МКОУ "Верхказанская СОШ"

Утвердил: должность

директор

## Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

И.И.Кучева

Возрастная категория

7-11 лет

дата

27

8

2024

день

месяц

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	1	Завтрак	гор.блюдо	картофельное пюре,гуляш с мясом птицы	250	14.98	15.75	25.3	302.87
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0.1	0	9	36
			хлеб	хлеб пшеничный	60	4.8	0.6	27.6	135
			фрукты						
			закуска						
			<i>итого</i>		510	19.88	16.35	61.9	473.87
1	1	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
1	1	<b>Итого за день:</b>			510	19.88	16.35	61.9	473.87
1	2	Завтрак	гор.блюдо	макароны отварные,тефтели мясные	240	14.38	19.01	45.87	412.09
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0.1	0	9	36
			хлеб	хлеб пшеничный	60	4.8	0.6	27.6	135
			фрукты						
			закуска						

			<i>итого</i>		500	19.28	19.61	82.47	583.09		
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
						<i>итого</i>		0	0	0	0
1	2	<b>Итого за день:</b>			500	19.28	19.61	82.47	583.09		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	каша гречневая рассыпчатая ,котлеты мясные	240	17.61	18.43	33.87	371.79		
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0.1	0	9	36		
			хлеб	хлеб пшеничный	60	4.8	0.6	27.6	135		
			фрукты								
			<i>итого</i>		500	22.51	19.03	70.47	542.79		
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
						<i>итого</i>		0	0	0	0
1	3	<b>Итого за день:</b>			500	22.51	19.03	70.47	542.79		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	жаркое по-домашнему	200	9.78	14.1	30.59	288		



			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
1	5	<b>Итого за день:</b>			500	19.28	19.61	82.47	583.09
2	1	Завтрак	гор.блюдо	борщ с капустой и картофелем,со сметаной	200	1.7	5.4	10.6	98
			гор.напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0	22.7	93.2
			хлеб	хлеб пшеничный	50	4	0.5	23	112.5
			фрукты						
			закуска	бутерброд с сыром 40/20	60	7.88	10.15	23	214.87
			<i>итого</i>		510	14.18	16.05	79.3	518.57
			2	1	Обед	закуска			
1 блюдо									
2 блюдо									
гарнир									
напиток									
хлеб бел.									
хлеб черн.									
<i>итого</i>		0				0	0	0	0
2	1	<b>Итого за день:</b>				510	14.18	16.05	79.3
2	2	Завтрак	гор.блюдо	каша гречневая рассыпчатая,котлета рыбная	250	17	13.5	32.9	321.1
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0.1	0	9	36
			хлеб	хлеб пшеничный	50	4	0.5	23	112.5
			фрукты						
			закуска						
			<i>итого</i>		500	21.1	14	64.9	469.6
			2	2	Обед	закуска			
1 блюдо									
2 блюдо									

			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
2	2	<b>Итого за день:</b>			500	21.1	14	64.9	469.6
2	3	Завтрак	гор.блюдо	макароны отварные,гуляш из мяса птицы	250	16.98	15.35	36.6	342.38
			гор.напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0	22.7	93.2
			хлеб	хлеб пшеничный	50	4	0.5	23	112.5
			фрукты						
			закуска						
			<i>итого</i>		500	21.58	15.85	82.3	548.08
2	3	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>			0	0	0	0
2	3	<b>Итого за день:</b>			500	21.58	15.85	82.3	548.08
2	4	Завтрак	гор.блюдо	жаркое по-домашнему	200	9.78	14.1	30.59	288
			гор.напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0	22.7	93.2
			хлеб	хлеб пшеничный	50	4	0.5	23	112.5
			фрукты						
		закуска	салат из белокачанной капусты (с морковью)	60	0.84	2.76	6.2	52.98	

			<i>итого</i>			510	15.22	17.36	82.49	546.68
2	4	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
				<i>итого</i>			0	0	0	0
2	4	<b>Итого за день:</b>				510	15.22	17.36	82.49	546.68
2	5	Завтрак	гор.блюдо	каша гречневая рассыпчатая,котлета мясная		240	17.61	18.43	33.87	371.79
			гор.напиток	чай с сахаром		200	0.1	0	9	36
			хлеб	хлеб пшеничный		60	4.8	0.6	27.6	135
			фрукты							
			закуска							
			<i>итого</i>			500	22.51	19.03	70.47	542.79
2	5	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
				<i>итого</i>			0	0	0	0
2	5	<b>Итого за день:</b>				500	22.51	19.03	70.47	542.79
					<b>Среднее значение за период:</b>	508	19.082	17.609	74.969	533.336


№ рецептуры	Цена
54-11г,437	55.94
376	1.14
пром	5.16
	62.24
	0
	62.24
54-1г,462	52.55
376	1.14
пром	5.16





	0
	61.42
82	41.44
54-7хн	4.77
пром	4.3
ГП	10.94
	61.45
	0
	61.45
302.256	55.97
376	1.14
пром	4.3
	61.41

	0
	61.41
54-1г,437	52.37
54-7хн	4.77
пром	4.3
	61.44
	0
	61.44
436	48.02
54-7хн	4.77
пром	4.3
45	4.35

	61.44
	0
	61.44
302	55.13
376	1.14
пром	5.16
	61.43
	0
	61.43
	61.332