

Школа

МБОУ Коробецкая СШ

Утвердил: должность

Директор

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

Киселева Н.П

Возрастная категория

7-11 лет

дата

21

1

2025

день

месяц

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая	150	4	2	22	124	
				Котлета "Московская"	75	5	10	9	177	
				Бутерброт с сыром	30	5	4	15	133	
				Салат из свежей капусты	100	2	5	9	87	
			гор.напиток	Компот из свежих яблок	200	0	0	13	56	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	20	104	
			фрукты							
				<i>итого</i>			595	19	22	88
1	1	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
				<i>итого</i>			0	0	0	0
1	1	Итого за день:			595	19	22	88	681	
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Жаркое по домашнему	210	17	9	21	246	
			гор.напиток	Какао с молоком	200	2	3	14	103	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	20	104	
	фрукты	Апельсин	100	1	2	11	51			

			<i>итого</i>		550	23	15	66	504
1	2	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
1	2	Итого за день:			550	23	15	66	504
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная "Дружба"	200	9	12	33	264
				Салат из свежей капусты	100	2	5	9	87
			гор.напиток	Компот из свежих яблок	200	0	0	13	177
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	20	104
			фрукты						
			<i>итого</i>		540	14	18	75	632
1	3	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
1	3	Итого за день:			540	14	18	75	632

1	4	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка творожная с вареньем	160	9	16	38	390
				Каша гречневая "Рассыпчатая"	200	9	12	33	264
				Салат из свежей капусты	100	2	5	9	87
			гор.напиток	Какао с молоком	200	2	3	14	103
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	20	104
			фрукты						
			<i>итого</i>		700	25	37	114	948
1	4	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
1	4	Итого за день:		700	25	37	114	948	
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре	180	2	6	27	187
				Рыба припущенная	80	11	2	17	65
				Салат из тертой моркови с яблоками	100	1	5	5	77
			гор.напиток	Кисель из натурального сока	200	1	0	23	101
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	20	104
			фрукты						
			<i>итого</i>		600	18	14	92	534
1	5	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						

			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
1	5	Итого за день:			600	18	14	92	534
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Оладьи со сгущенным молоком	170	13	13	68	437
				Бутерброд с сыром	45	5	4	14	133
				Салат пестрый	70	1	3	4	69
			гор.напиток	Сок	200	1	0	18	72
				хлеб					
				фрукты					
				<i>итого</i>		485	20	20	104
2	1	Обед	закуска						
				1 блюдо					
				2 блюдо					
				гарнир					
				напиток					
				хлеб бел.					
				хлеб черн.					
				<i>итого</i>		0	0	0	0
2	1	Итого за день:			485	20	20	104	711
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Плов с курицей	180	13	11	53	266
				Салат из свежей капусты	100	2	5	9	87
			гор.напиток	Молоко кипяченое	200	6	6	10	177
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	20	104
				Хлеб ржано-пшеничный	30	1	1	8	64
				фрукты					

			<i>итого</i>		550	25	24	100	698
2	2	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
2	2	Итого за день:			550	25	24	100	698
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные	150	5	4	34	212
				Куры отварные	72	12	2	0	150
				Салат из свеклы с растительным маслом	70	1	5	5	69
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	5	59
			хлеб	Бутерброд с сыром	15	5	4	15	133
			фрукты	Яблоко	100	1	1	11	51
			<i>итого</i>		607	24	16	70	674
2	3	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0

2	3	Итого за день:			607	24	16	70	674
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Рагу из овощей	200	4	8	21	174
				Котлета "Московская"	75	5	10	8	177
			гор.напиток	Компот	200	1	0	18	72
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	1	20	104
				Хлеб ржано-пшеничный	30	1	1	8	64
			фрукты						
			<i>итого</i>		545	14	20	75	591
2	4	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
2	4	Итого за день:			545	14	20	75	591
2	5	Завтрак	гор.блюдо						
			гор.напиток						
			хлеб						
			фрукты						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
2	5	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						

		напиток						
		хлеб бел.						
		хлеб черн.						
		<i>итого</i>		0	0	0	0	0
2	5	Итого за день:		0	0	0	0	0
		Среднее значение за период:		574,6667	20,222222	20,6667	87,111	663,667

№ рецептуры	Цена
165	
170	
90	
45	
424	
	0
	0
	0
158	
397	
170	

	0
	0
	0
165	
45	
424	
	0
	0
	0

342	
165	
45	
397	
	0
	0
	0
443	
238	
66	
382	
	0

	0
	0
208	
90	
45	
399	
	0
	0
	0
208	
45	
424	

	0
	0
	#ДЕЛ/0!