

Школа

МОУ "Бобриковская СОШ" Тульская область, Белевский район

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша из крупы «Геркулес» вязкая
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком
			хлеб	Бутерброд с сыром
			фрукты	Яблоко
			<i>итого</i>	
1	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			сладкое	
			<i>итого</i>	
1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка из творога с джемом
			гор.напиток	Чай с лимоном
			хлеб	Батон нарезной
			фрукты	Мандарин
			<i>итого</i>	
1	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			сладкое	
			<i>итого</i>	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая вязкая
			кисломол.	Масло сливочное
			гор.напиток	Какао с молоком
			хлеб	Батон нарезной
			фрукты	Груша

			<i>итого</i>	
1	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			сладкое	
			<i>итого</i>	
1	3	Итого за день:		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Омлет натуральный
			закуска	Огурец свежий
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком
			хлеб	Батон нарезной
			фрукты	Апельсин
			<i>итого</i>	
1	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			сладкое	
			<i>итого</i>	
1	4	Итого за день:		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные с сыром
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Батон нарезной
			фрукты	Яблоко
			<i>итого</i>	
1	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			сладкое	

			<i>итого</i>	
1	5	Итого за день:		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша "Дружба"
			кисломол.	Сыр
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком
			хлеб	Батон нарезной
			фрукты	Груша
			<i>итого</i>	
2	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			сладкое	
			<i>итого</i>	
2	1	Итого за день:		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка творожная со сгущенным молоком
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Батон нарезной
			фрукты	Яблоко
<i>итого</i>				
2	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			сладкое	
			<i>итого</i>	
2	2	Итого за день:		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Омлет натуральный
			закуска	Кукуруза консервированная
			гор.напиток	Какао с молоком
			хлеб	Батон нарезной
			фрукты	Мандарин
<i>итого</i>				
2	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	

			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			сладкое	
			<i>итого</i>	
2	3	Итого за день:		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Макаронные изделия отварные
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком
			хлеб	Батон нарезной
			фрукты	Апельсин
			гор.блюдо	Птица отварная
			<i>итого</i>	
2	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			сладкое	
				<i>итого</i>
2	4	Итого за день:		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая вязкая
			кисломол.	Масло сливочное
			гор.напиток	Чай с лимоном
			хлеб	Батон нарезной
			фрукты	Банан
				<i>итого</i>
2	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			сладкое	
				<i>итого</i>
2	5	Итого за день:		
				Среднее значение за период:

Утвердил: должность
 фамилия
 дата

Директор		
Полетайкин А.М.		
2	9	2024
день	месяц	год

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
180	7,4	8	28	212	212	30,6
200	2,8	2,5	13,6	88	465	13
40	6,9	9	10	149	63	20
100	0,4	0,4	9,8	44	82	10,2
520	17,5	19,9	61,4	493		73,8
0	0	0	0	0		0
520	17,5	19,9	61,4	493		73,8
170	24	11,55	35,5	343,4	279	39,1
200	0,3	0,1	9,5	40	459	11
30	2,25	0,87	15,4	78,6	111	1,6
100	0,8	0,2	7,5	38	82	22,1
500	27,35	12,72	67,9	500		73,8
0	0	0	0	0		0
500	27,35	12,72	67,9	500		73,8
180	5,2	5,7	32,4	208,43	217	13,8
10	0,08	7,2	0,13	73,18	79	20
200	3,3	2,9	13,8	94	462	15
20	1,5	0,58	10,28	52,4	111	1,6
100	0,4	0,3	10,3	47	82	23,4

0	0	0	0	0		0
500	12,9	9,97	61	496,6		73,8
180	5	6	24,1	207	229	16,4
15	3,5	4,4		53,7	75	15,6
200	2,8	2,5	13,6	88	465	16,8
30	2,25	0,87	15,4	78,6	111	1,6
100	0,4	0,3	10,3	47	82	23,4
525	13,95	14,07	63,4	474,3		73,8
0	0	0	0	0		0
525	13,95	14,07	63,4	474,3		73,8
170	25,29	13,25	33,7	357	279	43
200	0,2	0,1	9,3	38	457	15
30	2,25	0,87	15,4	78,6	111	1,6
100	0,4	0,4	9,8	44	82	14,2
500	28,14	14,62	68,2	517,6		73,8
0	0	0	0	0		0
500	28,14	14,62	68,2	517,6		73,8
150	13	20	3,2	246	268	30
60	1,7	2,1	21	40	157	5,1
200	3,3	2,9	13,8	94	462	15
20	1,5	0,58	10,28	52,4	111	1,6
100	0,8	0,2	7,5	38	82	22,1
530	20,3	25,78	55,78	470,4		73,8

0	0	0	0	0		0
530	20,3	25,78	55,78	470,4		73,8
150	5,55	4,95	29,55	184,5	256	14,8
200	2,8	2,5	13,6	88	465	16,8
20	1,5	0,58	10,28	52,4	111	1,6
100	0,9	0,2	8,1	49,2	82	16,9
100	16,2	12	0,3	174	366	23,7
570	26,95	20,23	61,83	548,1		73,8
0	0	0	0	0		0
570	26,95	20,23	61,83	548,1		73,8
180	5,2	5,7	32,4	208,43	217	30,6
10	0,08	7,2	0,13	73,18	79	20
200	0,3	0,1	9,5	40	459	11
30	2,25	0,87	15,4	78,6	111	1,6
100	1,8	0,6	22,8	96	82	10,6
520	9,63	14,47	80,23	496,21		73,8
0	0	0	0	0		0
520	9,63	14,47	80,23	496,21		73,8
520,5	18,58	17,178	62,297	494,242		73,8