

Школа МБОУ-Юдиновская СОШ

## Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

пед.	день	прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Плов из мяса птицы
			гор.напиток	Компот из сухофруктов с сахаром
			хлеб	Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный
			фрукты	Сок фруктовый
				Салат из свежих овощей
			<i>итого</i>	
1	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	1	<b>Итого за день:</b>		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре с маслом сливочным
				Биточки мясные из свинины с соусом
			гор.напиток	Кисель из джема с сахаром
			хлеб	Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
				Салат из капусты с растительным маслом
			<i>итого</i>	
1	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	2	<b>Итого за день:</b>		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные с маслом сливочным
				Мясо птицы с маслом сливочным
			гор.напиток	Компот из яблок с сахаром
			хлеб	Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Помидоры порционно
			<i>итого</i>	
1	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	

			<i>итого</i>	
1	3	<b>Итого за день:</b>		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре с маслом сливочным
				Рыба припущенная
			гор.напиток	Кисель из сухофруктов с сахаром
			хлеб	Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Салат из свежих овощей
			<i>итого</i>	
1	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	4	<b>Итого за день:</b>		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая с маслом сливочным
				Соус красный основной с мясом птицы
			гор.напиток	Компот из джема с сахаром
			хлеб	Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный
			фрукты	Сок фруктовый
				Салат из капусты с растительным маслом
			<i>итого</i>	
1	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	5	<b>Итого за день:</b>		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Плов из мяса птицы
			гор.напиток	Компот из сухофруктов с сахаром
			хлеб	Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный
			фрукты	Сок фруктовый
				Салат из свежих овощей
			<i>итого</i>	
2	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	

2	1	<b>Итого за день:</b>		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре с маслом сливочным
				Биточки мясные из свинины с соусом
			гор.напиток	Кисель из джема с сахаром
			хлеб	Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
				Салат из капусты с растительным маслом
				<i>итого</i>
2	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
				<i>итого</i>
2	2	<b>Итого за день:</b>		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные с маслом сливочным
				Мясо птицы с маслом сливочным
			гор.напиток	Компот из яблок с сахаром
			хлеб	Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Помидоры порционно
				<i>итого</i>
2	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
				<i>итого</i>
2	3	<b>Итого за день:</b>		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре с маслом сливочным
				Рыба припущенная
			гор.напиток	Кисель из сухофруктов с сахаром
			хлеб	Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Салат из свежих овощей
				<i>итого</i>
2	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
				<i>итого</i>
2	4	<b>Итого за день:</b>		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая с маслом сливочным

				Соус красный основной с мясом птицы
			гор.напиток	Компот из джема с сахаром
			хлеб	Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный
			фрукты	Сок фруктовый
				Салат из капусты с растительным маслом
			<i>итого</i>	
2	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	5		<b>Итого за день:</b>	
				<b>Среднее значение за период:</b>

Утвердил: должность **Директор школы**  
 фамилия **Ковзаленко А. М.**  
 дата **30 8 2024**

Вес блюда,	день			год		№ рецептуры	Цена
	Белки	Жиры	Углевод	ккалорий	сут.		
150	8	5.8	13.3	137.5	16		23.76
200	0.3		31.4	124	639		3.02
80	2.6	0.4	13.6	72			6.7
200	1.4		24.4	108			27
50	0.6	7.1	3	79	16		2.81
680	12.9	13.3	85.7	520.5			63.29
0	0	0	0	0			0
680	12.9	13.3	85.7	520.5			63.29
150	2.1	5.5	14.6	126	520		8.08
70	15.9	14.4	16	261	451		23.46
200	0.6		31.4	124	639		6.66
80	2.6	0.4	13.6	72			6.7
100	1.5		35	66			15.97
50	1.4	5.1	8.9	88	43		2.42
650	24.1	25.4	119.5	737			63.29
0	0	0	0	0			0
650	24.1	25.4	119.5	737			63.29
150	3.4	6.1	22.8	163	516		8.08
70	15.7	8.9	0.4	144	487		42.69
200	0.3		31.4	124	639		3.02
80	2.6	0.4	13.6	72			6.7
50	0.9	7.1	3.9	85	43		2.8
550	22.9	22.5	72.1	588			63.29

0	0	0	0	0		0
550	22.9	22.5	72.1	588		63.29
150	2.1	5.5	14.6	126	520	8.08
70	10.6	5.1	5.6	112	374	36.68
200	0.3		31.4	124	639	6.02
80	2.6	0.4	13.6	72		6.7
50	0.6	7.1	3	79	16	5.81
550	16.2	18.1	68.2	513		63.29
0	0	0	0	0		0
550	16.2	18.1	68.2	513		63.29
150	5.6	7.2	27.5	202	508	10.49
100	4.9	3.4	4.1	78	364	10.02
200	0.6		31.4	124	639	6.66
80	2.6	0.4	13.6	72		6.7
200	1.4		24.4	108		27
50	1.4	5.1	8.9	88	43	2.42
780	16.5	16.1	109.9	672		63.29
0	0	0	0	0		0
780	16.5	16.1	109.9	672		63.29
150	8	5.8	13.3	137.5	16	23.76
200	0.3		31.4	124	639	3.02
80	2.6	0.4	13.6	72		6.7
200	1.4		24.4	108		27
50	0.6	7.1	3	79	16	2.81
680	12.9	13.3	85.7	520.5		63.29
0	0	0	0	0		0

680	12.9	13.3	85.7	520.5		63.29
150	2.1	5.5	14.6	126	520	8.08
70	15.9	14.4	16	261	451	23.46
200	0.6		31.4	124	639	6.66
80	2.6	0.4	13.6	72		6.7
100	1.5		35	66		15.97
50	1.4	5.1	8.9	88	43	2.42
650	24.1	25.4	119.5	737		63.29
0	0	0	0	0		0
650	24.1	25.4	119.5	737		63.29
150	3.4	6.1	22.8	163	516	8.08
70	15.7	8.9	0.4	144	487	42.69
200	0.3		31.4	124	639	3.02
80	2.6	0.4	13.6	72		6.7
50	0.9	7.1	3.9	85	43	2.8
550	22.9	22.5	72.1	588		63.29
0	0	0	0	0		0
550	22.9	22.5	72.1	588		63.29
150	2.1	5.5	14.6	126	520	8.08
70	10.6	5.1	5.6	112	374	36.68
200	0.3		31.4	124	639	6.02
80	2.6	0.4	13.6	72		6.7
50	0.6	7.1	3	79	16	5.81
550	16.2	18.1	68.2	513		63.29
0	0	0	0	0		0
550	16.2	18.1	68.2	513		63.29
150	5.6	7.2	27.5	202	508	10.49

100	4.9	3.4	4.1	78	364	10.02
200	0.6		31.4	124	639	6.66
80	2.6	0.4	13.6	72		6.7
200	1.4		24.4	108		27
50	1.4	5.1	8.9	88	43	2.42
780	16.5	16.1	109.9	672		63.29
0	0	0	0	0		0
780	16.5	16.1	109.9	672		63.29
642	18.52	19.08	91.08	606.1		63.29