

Школа

МБОУ "Наурская СОШ №2"

Утвердил: должность

И.о. директора

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

М.Ж. Дулаев

Возрастная категория

7-11 лет

дата

1

9

2023

день

месяц

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Мюсли с молоком	135	7,32	5,5	26,52	184,86	179	81,25
				Сыр порциями	30	6,96	8,88	0	107,76	14	
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25	878	
			фрукты	Яблоко	100	1,5	0,5	21	94,5	274	
				Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3	338	
				<i>итого</i>		600	25,93	22,43	121,04	790,69	
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
				<i>итого</i>		0	0	0	0	0	
1	1	Итого за день:			600	25,93	22,43	121,04	790,69		81,25
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая с изюмом	200	6,09	10,88	47,99	314,24	177	81,25
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25	878	
			фрукты	Яблоко	100	1,5	0,5	21	94,5	338	
				<i>итого</i>		610	17,08	21,93	133,31	741,46	
1	2	Обед	закуска								

				Сыр порциями	30	6,96	8,88	0	107,76	14		
				<i>итого</i>	630	30,72	30,46	115,82	802,83		81,25	
1	4	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0		0
1	4	Итого за день:			630	30,72	30,46	115,82	802,83		81,25	
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая	210	9,09	12,99	35,18	293,99	183	81,25	
					МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	
			гор.напиток		Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб		Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25	878	
			фрукты		Яблоко	100	1,5	0,5	21	94,5	338	
			<i>итого</i>			605	16,7	30,74	102,16	753,04		81,25
1	5	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0		0
1	5	Итого за день:			605	16,7	30,74	102,16	753,04		81,25	
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Греча отварная	150	9,59	6,09	38,64	243	4,3	81,25	

			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0	
2	4	Итого за день:			630	17,1	22,72	127,68	726,13	81,25	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре	150	4,05	6	8,7	105	377	81,25
				Сосиски "Особые халяль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46	405	
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25	878	
			фрукты								
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	
				Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3	274	
				<i>итого</i>		630	25,83	43,7	97,29	828,31	81,25
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
				<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0
2	5	Итого за день:			630	25,83	43,7	97,29	828,31	81,25	
		Среднее значение за период:			592	20,189	27,608	110,28	741,602	81,25	