

Школа

МБОУ "Павлодаровская СОШ"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	1	Обед	закуска	Кукуруза сахарная в зернах
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем
			2 блюдо	Котлета домашняя
			гарнир	Картофельное пюре
			напиток	Компот из свежих яблок С
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный
				сок мультифрукт п/у
			<i>итого</i>	
1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	2	Обед	закуска	Салат из белокачанной капусты
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронами
			2 блюдо	Рыба тушеная с овощами
			гарнир	Рис отварной
			напиток	Кисель плодоваягодный
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный
			<i>итого</i>	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	

			<i>итого</i>	
1	3	Обед	закуска	фрукт
			1 блюдо	Салат из свежих огурцов
			2 блюдо	Рассольник ленинградский со сметаной
			гарнир	Запеканка картофельная с мясом
			напиток	Чай с сахаром
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный
			<i>итого</i>	
1	3	Итого за день:		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	4	Обед	закуска	Винегрет овощной
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной
			2 блюдо	Каша гречневая рассыпчатая
			гарнир	Котлета мясная
			напиток	Компот из сухофруктов С
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный
			<i>итого</i>	
1	4	Итого за день:		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	5	Обед	закуска	Салат из свежей капусты и яблок
			1 блюдо	Суп с рыбными консервами
			2 блюдо	Макароны оварные с сыром
			напиток	Компот из сухофруктов С
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный
				Булочка

			<i>итого</i>	
1	5	Итого за день:		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	1	Обед	закуска	Салат из свеклы с зеленым горошком
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми
			2 блюдо	голубцы ленивые
			гарнир	Картофельное пюре
			напиток	Компот из свежей кураги С
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный
			<i>итого</i>	
2	1	Итого за день:		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	2	Обед	закуска	Йогурт
			1 блюдо	Суп картофельный с крупой
			2 блюдо	плов из птицы
			напиток	чай с лимоном
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный
			<i>итого</i>	
2	2	Итого за день:		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	3	Обед		пряник
			1 блюдо	Суп картофельный с клецками

			2 блюдо	фрикаделька мясная
			гарнир	гороховое пюре
			напиток	Компот из сухофруктов С
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный
			<i>итого</i>	
2	3	Итого за день:		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	4	Обед	закуска	Икра кабачковая (т/о)
			1 блюдо	Суп из овощей
			2 блюдо	тушеная курица в томатном соусе
			гарнир	Каша перловая
			напиток	Компот из сухофруктов С
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный
			<i>итого</i>	
2	4	Итого за день:		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	5	Обед	1 блюдо	Суп с макаронами
			2 блюдо	тефтеля мясные
			гарнир	Капуста тушеная
			сладкое	сок
			напиток	Чай с сахаром
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный
			<i>итого</i>	
2	5	Итого за день:		
		Среднее значение за период:		

Утвердил: должность **Директор школы**
 фамилия **К.С. Кабаненко**
 дата **1 9 2023**
день месяц год

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
0	0	0	0	0		0
60	0.660	0.120	2.280	14.400	пром	10.80
250	4.999	5.885	10.545	116.308	№34	11.60
100	10.335	11.617	11.049	190.363	№611	23.70
200	3.295	5.441	22.209	151.404	№94	9.08
200	0.144	0.144	25.085	103.104	№867	7.22
70	3.160	0.400	19.320	94.000	пром	4.20
50	1.320	0.240	7.928	39.600	пром	2.40
200	0.370	0.090	14.390	56.000		21.00
1130	0	0	0	0		90.00
1130	0	0	0	0		90
0	0	0	0	0		0
60	0.924	3.050	5.617	54.203	№79	8.56
250	4.986	3.085	16.047	112.413	№235	21.72
200	14.190	12.742	16.492	238.740	№486	32.90
200	3.808	3.078	40.06	202.952	№8	14.40
200	0.268	0.044	20.312	83.120	№648	5.82
70	3.160	0.400	19.320	94.000	Пром.	4.20
50	1.320	0.240	7.928	39.600	Пром.	2.40
1030	0	0	0	0		90.00
1030	0	0	0	0		90

0	0	0	0	0		0
100	0.40	0.12	0.25	45.000		12.00
60	0.800	0.400	8.100	47.000	№13	10.80
250	4.894	5.055	13.954	121.506	№70	29.70
200	29.830	15.090	47.660	487.250	№284	27.60
200	0.054	0.006	9.165	37.962	№8943	3.30
70	3.160	0.400	19.320	94.000	Пром.	4.20
50	1.320	0.240	7.928	39.600	Пром.	2.40
930	0	0	0	0		90.00
930	0	0	0	0		
0	0	0	0	0		0
60	0.764	6.099	4.455	76.346	№100	10.12
250	2.229	6.213	10.013	106.145	№65	20.06
200	12.6	3.3	62.1	313.00	№378	18.00
100	11.731	8.112	12.358	170.182	№42	28.00
200	0.702	0.054	27.090	112.680	№868	7.22
70	3.160	0.400	19.320	94.000	Пром.	4.20
50	1.320	0.240	7.928	39.600	Пром.	2.40
930	0	0	0	0		90.00
930	0	0	0	0		90
0	0	0	0	0		0
60	0.855	4.053	5.016	59.904	№38	9.60
250	6.685	4.922	11.360	117.073	№210	29.80
200	12.120	12.400	32.987	293.527	№18	26.84
200	0.414	0.090	25.816	106.440	№868	7.22
70	3.160	0.400	19.320	94.000	Пром.	4.20
50	1.320	0.240	7.928	39.600	Пром.	2.40
80	3.2	8.6	21.4	284.000	Пром.	9.94

910	0	0	0	0		90.00
910	0	0	0	0		90
0	0	0	0	0		0
60	0.420	3.656	1.140	38.968	№4	9.60
200	6.574	6.055	137.298	0.105	№206	19.5
100	14.493	13.547	4.151	196.610	№286	31.6
200	3.295	5.441	22.209	151.404	№299	12.8
200	0.056	0.056	15.344	62.440	№401	9.90
70	3.160	0.400	19.320	94.000	Пром.	4.20
50	1.320	0.240	7.928	39.600	Пром.	2.40
880	0	0	0	0		90.00
880	0	0	0	0		90
0	0	0	0	0		0
95	0.420	0.060	1.140	6.600	Пром.	40.00
250	3.892	5.354	21.272	157.494	№204	14.54
200	21.355	14.253	37.607	360.936	№645	21.64
200	0.054	0.006	9.165	37.962	№186	7.22
70	3.160	0.400	19.320	94.000	Пром.	4.20
50	1.320	0.240	7.928	39.600	Пром.	2.40
865	0	0	0	0		90.00
865	0	0	0	0		90
0	0	0	0	0		0
60	50.000	7.000	4.200	73.500		15.80
250	3.892	5.354	21.272	157.494	№204	15.50

100	14.782	22.273	20.814	343.633	№286	31.18
100	0.702	0.054	27.090	112.680	№204	13.70
200	0.702	0.054	27.090	112.680	№859	7.22
70	3.160	0.400	19.320	94.000	Пром.	4.20
50	1.320	0.240	7.928	39.600	Пром.	2.40
830	0	0	0	0		90.00
830	0	0	0	0		90
0	0	0	0	0		0
60	50.000	7.000	4.200	73.500	Пром.	6.00
250	1.478	4.207	8.844	79.564	№201	28.56
3	14.782	22.273	20.814	343.633	№608	33.02
200	0.900	0.180	18.180	82.800	№84	8.60
200	0.414	0.090	25.816	106.440	№868	7.22
70	3.160	0.400	19.320	94.000	Пром.	4.20
50	1.320	0.240	7.928	39.600	Пром.	2.40
833	0	0	0	0		90.00
833	0	0	0	0		90
0	0	0	0	0		0
250	5.567	7.129	9.898	126.441	№11	22.21
100	11.63	8.63	11.95	172.78	№121	26.09
200	3.808	3.078	40.006	202.952	№31	10.48
200	0.006	9.165	37.962	0.003	Пром.	21.32
200	0.054	0.006	9.165	37.962	№8943	3.30
70	3.160	0.400	19.320	94.000	Пром.	4.20
50	1.320	0.240	7.928	39.600	Пром.	2.40
1070	0	0	0	0		90.00
1070	0	0	0	0		90
940.8	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!		90