

Школа

МОУ "СОШ №9"

Утвердил: должность Директор

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Ф.И.О. Семенова Вера Ивановна

Возрастная категория

1-4 Классы [7-11 лет]

дата 05 11 2024

день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак		КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	210	4,93	11,45	33,77	258,72	189	0,00
		Завтрак		ХАЧАПУРИ С СЫРОМ ТВЕРДЫМ	70	5,44	2,02	35,29	180,88	439	0,00
		Завтрак		ФРУКТЫ	260	2,34	0,52	21,06	111,80	TK №2	0,00
		Завтрак		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
1	1	Итого за день:			740	12,94	13,99	97,39	581,38		0
1	2	Завтрак		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	235	5,42	15,03	32,80	288,91	189	0,00
		Завтрак	Напиток	#КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,81	3,10	14,24	96,90	382	0,00
		Завтрак		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Завтрак		Шоколад Аленка 90 гр	90	0	0,00	0,00	0,00		0,00
1	2	Итого за день:			565	9,06	37,08	49,92	571,14		0
1	3	Завтрак		ФРУКТЫ	260	1,04	1,04	25,48	122,20	TK №2	0,00
		Завтрак	Напиток	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0	0,00	0,00	0,00	442	0,00
		Завтрак		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Завтрак		#МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	5,38	8,49	13,17	151,61	204	0,00
		Завтрак		СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	0	0,00	0,00	0,00	254	0,00
1	3	Итого за день:			730	7,25	28,48	41,53	459,14		0
1	4	Завтрак	2-е блюдо	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80	6,67	10,92	8,11	157,67	278	0,00
		Завтрак		КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,56	4,51	37,36	204,24	323	0,00
		Завтрак	Напиток	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0	0,00	0,00	0,00	394	0,00
		Завтрак		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,05	1,25	7,00	TK №13	0,00
		Завтрак		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Завтрак		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,39	1,97	3,11	31,94	364	0,00
		Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0	0,00	0,00	0,00	442	0,00
		1	4	Итого за день:			770	11,85	36,4	52,71	586,18
1	5	Завтрак		КАША "ДРУЖБА"	200	6,04	9,82	26,70	220,50	190	0,00
		Завтрак		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Завтрак		Шоколад Аленка 90 гр	90	8,56	30,29	44,00	483,64		0,00
		Завтрак		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
1	5	Итого за день:			530	15,66	59,06	80,85	919,45		0
2	1	Завтрак		КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	210	4,93	11,45	33,77	258,72	189	0,00
		Завтрак		ХАЧАПУРИ С СЫРОМ ТВЕРДЫМ	70	5,44	2,02	35,29	180,88	439	0,00
		Завтрак		ФРУКТЫ	260	2,34	0,52	21,06	111,80	TK №2	0,00
		Завтрак		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
2	1	Итого за день:			740	12,94	13,99	97,39	581,38		0
2	2	Завтрак		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	235	5,42	15,03	32,80	288,91	189	0,00

		Завтрак	Напиток	#КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,81	3,10	14,24	96,90	382	0,00
		Завтрак		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Завтрак		Шоколад Аленка 90 гр	90	0	0,00	0,00	0,00		0,00
2	2	Итого за день:			565	9,06	37,08	49,92	571,14		0
2	3	Завтрак		ФРУКТЫ	260	1,04	1,04	25,48	122,20	TK №2	0,00
		Завтрак	Напиток	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0	0,00	0,00	0,00	442	0,00
		Завтрак		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Завтрак		#МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	5,38	8,49	13,17	151,61	204	0,00
		Завтрак		СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	0	0,00	0,00	0,00	254	0,00
2	3	Итого за день:			730	7,25	28,48	41,53	459,14		0
2	4	Завтрак	2-е блюдо	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80	6,67	10,94	8,12	157,82	278	0,00
		Завтрак		КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,56	4,51	37,36	204,24	323	0,00
		Завтрак	Напиток	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0	0,00	0,00	0,00	394	0,00
		Завтрак		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,05	1,25	7,00	TK №13	0,00
		Завтрак		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Завтрак		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,39	1,97	3,11	31,94	364	0,00
		Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0	0,00	0,00	0,00	442	0,00
2	4	Итого за день:			770	11,85	36,42	52,72	586,33		0
2	5	Завтрак		КАША "ДРУЖБА"	200	6,04	9,82	26,70	220,50	190	0,00
		Завтрак		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Завтрак		Шоколад Аленка 90 гр	90	8,56	30,29	44,00	483,64		0,00
		Завтрак		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
2	5	Итого за день:			530	15,66	59,06	80,85	919,45		0
				Среднее значение за период:	667	11,35	35,00	64,48	623,47		0