

Школа

МОУ "СОШ №9"

Утвердил: должность Директор

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Ф.И.О. Семенова Вера Ивановна

Возрастная категория

СВО.Многодетные.Малоимущие [12 лет и старше]

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	Обед		СУП ГОРОХОВЫЙ	250	10,5	9,00	36,85	301,25	102	0,00
		Обед		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	0	0,00	0,00	0,00	181	0,00
		Обед	2-е блюдо	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	100	1,49	10,87	1,44	109,89	297	0,00
		Обед		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
		Обед		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
1	1	Итого за день:			740	13,05	38,82	48,44	626,45		0
1	2	Обед		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
		Обед		СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	210	12,49	8,19	29,47	241,82	102	0,00
		Обед		#МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	130	4,05	6,44	9,88	114,43	204	0,00
		Обед		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
1	2	Итого за день:			580	17,6	33,58	49,5	571,56		0
1	3	Обед		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	0	0,00	0,00	0,00	101	0,00
		Обед		БЕДРО ТУШЕННОЕ С ОВОЩАМИ	200	0,65	8,08	2,95	87,78	259	0,00
		Обед		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,5	6,78	38,43	248,40	181	0,00
		Обед		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
		Обед		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
1	3	Итого за день:			840	10,21	33,81	51,53	551,49		0
1	4	Обед		#МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	165	5,38	8,49	13,17	151,61	204	0,00
		Обед		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Обед		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
		Обед		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	195	3,77	6,08	6,63	96,95	88	0,00
		Обед		СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,34	11,59	0,19	126,59	254	0,00
1	4	Итого за день:			650	15,55	45,11	30,14	590,46		0
1	5	Обед		БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	215	1,23	3,28	7,79	66,14	75	0,00
		Обед		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
		Обед		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Обед		КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,56	4,51	37,36	204,24	323	0,00
		Обед	2-е блюдо	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80	6,67	10,92	8,11	157,67	278	0,00
1	5	Итого за день:			685	12,52	37,66	63,41	643,36		0
2	1	Обед		СУП ГОРОХОВЫЙ	250	10,5	9,00	36,85	301,25	102	0,00
		Обед		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	0	0,00	0,00	0,00	181	0,00
		Обед	2-е блюдо	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	100	1,49	10,87	1,44	109,89	297	0,00
		Обед		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
		Обед		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
2	1	Итого за день:			740	13,05	38,82	48,44	626,45		0

2	2	Обед		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
		Обед		СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	210	12,49	8,19	29,47	241,82	102	0,00
		Обед		#МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	130	4,04	6,44	9,81	114,10	204	0,00
		Обед		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
2	2	Итого за день:			580	17,59	33,58	49,43	571,23		0
2	3	Обед		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	0	0,00	0,00	0,00	101	0,00
		Обед		БЕДРО ТУШЕННОЕ С ОВОЩАМИ	200	0,65	8,08	2,95	87,78	259	0,00
		Обед		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,5	6,78	38,43	248,40	181	0,00
		Обед		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
		Обед		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
2	3	Итого за день:			840	10,21	33,81	51,53	551,49		0
2	4	Обед		#МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	165	5,38	8,49	13,17	151,61	204	0,00
		Обед		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Обед		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
		Обед		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	195	3,77	6,08	6,63	96,95	88	0,00
		Обед		СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,34	11,59	0,19	126,59	254	0,00
2	4	Итого за день:			650	15,55	45,11	30,14	590,46		0
2	5	Обед		БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	215	1,23	3,28	7,79	66,14	75	0,00
		Обед		#ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	0,00
		Обед		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	0,83	18,95	2,88	185,33	113	0,00
		Обед		КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,56	4,51	37,36	204,24	323	0,00
		Обед	2-е блюдо	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80	6,67	10,94	8,12	157,82	278	0,00
2	5	Итого за день:			685	12,52	37,68	63,42	643,51		0
		Среднее значение за период:			699	13,79	37,80	48,60	596,65		0