

Школа

МБОУ Мачулинская ОШ

Утвердил: должность

и.о. директора

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

Старовойтова Л.А.

Возрастная категория

7-11 лет

дата

29

12

2023

приказ 101-б

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	пельмени с маслом	200	23,3	32,6	36	536,7	660	52	
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,16	0,08	7,5	28,2	20	2	
			хлеб									
			фрукты	свежие яблоки	150	0,06	0,6	15	64,05		17	
			салат	салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10	
			<i>итого</i>		650	25,17	40,37	63,41	719,72		81	
1	1	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0	
1	1	Итого за день:			650	25,17	40,37	63,41	719,72		81	
1	2	Завтрак	гор.блюдо	сырники из творога	150	1,01	8,85	22	250,25	219	45	
				каша рисовая на молоке с маслом	160	2,32	3,96	28,97	161	168	20	
			гор.напиток	кисель	200	1,36	0	29,02	116,19	233	4	
			хлеб									
			фрукты									
				сок в индивидуальной упаковке	200			21,04	86		21	
<i>итого</i>		710	4,69	12,81	101,03	613,44		90				
1	2	Итого за день:			710	4,69	12,81	101,03	613,44		90	
1	3	Завтрак	гор.блюдо	макароны отварные	180	0,1	2	15	228,4	688	7	
				тушёное мясо	120	12,55	12,99	4,01	182,25	246	29	
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,16	0,08	7,5	28,2	20	2	
			хлеб		70	3,2	0,5	20	84		5	
			фрукты	свежие яблоки	150	0,06	0,6	15	64,05		17	
				салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10	
<i>итого</i>		820	17,72	23,26	66,42	677,67		70				
1	3	Итого за день:			820	17,72	23,26	66,42	677,67		70	
1	4	Завтрак	гор.блюдо	картофельное пюре с маслом	180	0	22,3	27	215	694	14	
				рыба припущенная	100	5	12,05	13,7	204,9	147	35	
			гор.напиток	кисель	200	1,36	0	29,02	116,19	233	4	
			хлеб		70	3,2	0,5	20	84		5	
			фрукты									
			<i>итого</i>		550	9,56	34,85	89,72	620,09		58	
1	4	Итого за день:			550	9,56	34,85	89,72	620,09		58	
1	5	Завтрак	гор.блюдо	гречка отварная с маслом	150	8,59	6,09	38,64	243	313	15	

			котлета	100	0	10	5	171,6	268	24
			гор.напиток чай с сахаром	200	0,16	0,08	7,5	28,2	20	2
			хлеб	70	3,2	0,5	20	84		5
			фрукты свежие яблоки	150	0,06	0,6	15	64,05		17
			салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10
			<i>итого</i>	770	13,66	24,36	91,05	681,62		73
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:		770	13,66	24,36	91,05	681,62		73
2	1	Завтрак	гор.блюдо пловиз птицы	180	20,3	17	35,69	377	291	35
			гор.напиток кисель	200	1,36	0	29,02	116,19	233	4
			хлеб	70	3,2	0,5	20	84		5
			фрукты сокв индивидуальной упаковке	200			21,04	86		21
			<i>итого</i>	650	24,86	17,5	105,75	663,19		65
2	1	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
			<i>итого</i>	0	0	0	0	0		0
2	1	Итого за день:		650	24,86	17,5	105,75	663,19		65
2	2	Завтрак	гор.блюдо макароны отварные	180	0,1	2	15	228,4	688	7
			тушёное мясо	120	12,55	12,99	4,01	182,25	246	29
			гор.напиток чай с сахаром	200	0,16	0,08	7,5	28,2	20	2
			хлеб	70	3,2	0,5	20	84		5
			фрукты свежие яблоки	150	0,06	0,6	15	64,05		17
			салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10
			<i>итого</i>	820	17,72	23,26	66,42	677,67		70
2	2	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
			<i>итого</i>	0	0	0	0	0		0
2	2	Итого за день:		820	17,72	23,26	66,42	677,67		70
2	3	Завтрак	гор.блюдо пельмени с маслом	200	23,3	32,6	36	536,7	660	52
			гор.напиток чай с сахаром	200	0,16	0,08	7,5	28,2	20	2
			хлеб	70	3,2	0,5	20	84		5
			фрукты свежие яблоки	150	0,06	0,6	15	64,05		17
			салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10
			<i>итого</i>	650	25,17	40,37	63,41	719,72		81
2	3	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
			<i>итого</i>	0	0	0	0	0		0
2	3	Итого за день:		650	25,17	40,37	63,41	719,72		81
2	4	Завтрак	гор.блюдо картофельное пюре с маслом	180	0	22,3	27	215	694	14
			рыба припущенная	100	5	12,05	13,7	204,9	147	35
			гор.напиток кисель	200	1,36	0	29,02	116,19	233	4
			хлеб	70	3,2	0,5	20	84		5
			фрукты							
			<i>итого</i>	550	9,56	34,85	89,72	620,09		58

2	4	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>	0	0	0	0	0		0		
2	4	Итого за день:		550	9,56	34,85	89,72	620,09		58		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	гречка отварная с маслом	150	8,59	6,09	38,64	243	313	15	
				котлета	100	0	10	5	171,6	268	24	
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,16	0,08	7,5	28,2	20	2	
			хлеб		70	3,2	0,5	20	84		5	
			фрукты	свежие яблоки	150	0,06	0,6	15	64,05		17	
				салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10	
			<i>итого</i>		770	13,66	24,36	91,05	681,62		73	
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:		770	13,66	24,36	91,05	681,62		73		
Среднее значение за период:				694	16,177	27,599	82,798	667,483		71,9		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МАЧУЛИНСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА**, Старовойтова Лариса
Александровна, исполняющий обязанности директора

17.02.24 13:56 (MSK)

Сертификат E50D13E3D8F82AEF879ECF195DEF752A