

Школа **МБОУ Мачулинская ОШ** Утвердил: должность **и.о. директора**
Типовое примерное меню приготавливаемых блюд фамилия **Старовойтова Л.А.**
 Возрастная категория **12-15 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									
			салат	салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10	
			<i>итого</i>		500	25,11	39,77	48,41	655,67		64	
1	1	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0	
			Итого за день:		500	25,11	39,77	48,41	655,67		64	
1	2	Завтрак	гор.блюдо	сырники из творога	150	1,01	8,85	22	250,25	219	45	
			гор.напиток	каша рисовая на молоке с маслом	200	2,32	3,96	28,97	161	168	20	
			хлеб	кисель	200	1,36	0	29,02	116,19	233	4	
			фрукты									
			<i>итого</i>		550	4,69	12,81	79,99	527,44		69	
			Итого за день:		550	4,69	12,81	79,99	527,44		69	
1	2	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
хлеб черн.												
<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0				
Итого за день:		550	4,69	12,81	79,99	527,44		69				
1	3	Завтрак	гор.блюдо	макароны отварные	180	0,1	2	15	228,4	688	7	
			гор.напиток	тушёное мясо	120	12,55	12,99	4,01	182,25	246	29	
			хлеб	чай с сахаром	200	0,16	0,08	7,5	28,2	20	2	
			фрукты									
			салат	салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10	
			<i>итого</i>		670	17,66	22,66	51,42	613,62		53	
1	3	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0	
			Итого за день:		670	17,66	22,66	51,42	613,62		53	
1	4	Завтрак	гор.блюдо	картофельное пюре с маслом	180	0	22,3	27	215	694	14	
			гор.напиток	рыба припущенная	100	5	12,05	13,7	204,9	147	35	
			хлеб	кисель	200	1,36	0	29,02	116,19	233	4	
			фрукты									
			<i>итого</i>		550	9,56	34,85	89,72	620,09		58	
			Итого за день:		550	9,56	34,85	89,72	620,09		58	
1	4	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0	
			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								
				салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10
				<i>итого</i>	620	13,6	23,76	76,05	617,57		56
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:			620	13,6	23,76	76,05	617,57		56
2	1	Завтрак	гор.блюдо	пловиз птицы	200	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								
				салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10
				<i>итого</i>	570	26,51	24,59	89,62	667,96		54
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:			570	26,51	24,59	89,62	667,96		54
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								
				салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10
				<i>итого</i>	670	17,66	22,66	51,42	613,62		53
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:			670	17,66	22,66	51,42	613,62		53
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								
			фрукты								
				салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10
				<i>итого</i>	500	25,11	39,77	48,41	655,67		64
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:			500	25,11	39,77	48,41	655,67		64
2	4	Завтрак	гор.блюдо	картофельное пюре с маслом	200	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>	570	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:		570	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								
				салат из свежей капусты и моркови	100	1,65	7,09	4,91	90,77	11	10
			<i>итого</i>		620	13,6	23,76	76,05	617,57		56
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:		620	13,6	23,76	76,05	617,57		56	
Среднее значение за период:				582	16,306	27,948	70,081	620,93		58,5	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

17.02.24 14:01 (MSK)

Сертификат E50D13E3D8F82AEF879ECF195DEF752A