

Школа Запорожского района Орловской области

Утвердил: должность

Директор

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

фамилия
датаФедосова
20 08

2025

День Месяц год

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углерод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого								
1	1	Обед	закуска	салат из белокачанной капусты	0	0	0	0	0		0
			1 блюдо	суп картофельный с макаронными изделиями	60	0,85	3,05	5,41	52,44	№ 45	
			2 блюдо	колбаса отварная	200	2,15	2,27	13,71	83,8	№ 103	
			гарнир	каша гречневая рассыпчатая	90	6,3	14,4	3,6	169,2	пром.	
			напиток	кофейный напиток	150	8,62	6,09	38,64	243,85	№302	
			хлеб бел.	батон йодированный	200	3,17	2,68	15,9	100,6	№379	
			хлеб черн.	хлеб ржаной	30	2,4	0,3	14,7	75	пром.	
					30	2,4	0,3	19,2	54	пром.	
			итого								
1	1	Итого за День:				760	25,89	29,09	111,16	778,89	0
1	2	Завтрак	гор.блюдо		760	25,89	29,09	111,16	778,89		0
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого								
1	2	Обед	закуска	салат из свеклы отварной	0	0	0	0	0		0
					60	0,9	3,65	5	56,34	№52	

			1 блюдо	суп картофеля с крупой (пшено)	200	1,74	2,27	11,43	73,11	№101	
			2 блюдо	птица отварная	90	15,28	12,24	0	185,62	№300	
			гарнир	капуста тушеная	150	2,78	6,48	34,52	213,53	№336	
			напиток	кисель с витамином С	200	0	0	39,4	160	№332	
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	хлеб ржаной	30	2,4	0,3	19,2	54	пром.	
			итого		730	23,1	24,94	109,55	742,6		0
1	2	Итого за день:			730	23,1	24,94	109,55	742,6		0
1	3	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	3	Обед	закуска	икра кабачковая	60	12	5,4	5,1	73,2	№50	
			1 блюдо	суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	4,39	4,22	13,06	107,8	№102	
			2 блюдо								
			гарнир	макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	№688	
			напиток	компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	22,3	110	№859	
			хлеб бел.	батон йодированный	30	2,4	0,3	14,7	75	пром.	
			хлеб черн.	хлеб ржаной	30	2,4	0,3	19,2	54	пром.	
			кисломолоч.	сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0	54,6	№15	
			блюдо	яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	№209	
			итого		725	35,49	23,97	101,11	706,05		0
1	3	Итого за день:			725	35,49	23,97	101,11	706,05		0
1	4	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]