

Школа МБОУ "Школа №9" Утвердил: должность Генеральный директор
 Типовое примерное меню приготавливаемых блюд фамилия Р.Ж.Мухамедшина
 Возрастная категория 7-11 лет дата 3 3 2025
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	Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90	13,095	13,749	7,996	208	ТТК от 01.11.2022	
			гор.блюдо	Каша гречневая вязкая	150	3,462	4,634	21,786	143	№ 304/2015г Дели	
			гор.напиток	Чай с сахаром	208	0,021	0,005	7,989	32	ТТК от 2021г	
			хлеб	Хлеб ржано-пшеничный/ Хлеб пшеничный	40	2,52	0,36	18,84	91		
			фрукты								
			сладкое	Печенье весовое	12,8	0,883	1,766	9,485	57		
			<i>итого</i>				500,8	19,981	20,514	66,096	531
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>				0	0	0	0	0
1	1	Итого за день:			500,8	19,981	20,514	66,096	531		69,43
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Жаркое из филе куриных грудок	200	12,75	17,79	39,88	371	ТТК №2738 от 7.12.2023	
			гор.напиток	Чай с сахаром	208	0,021	0,005	7,989	32	ТТК от 2021г	
			хлеб	Хлеб ржано-пшеничный/ Хлеб пшеничный	40	2,52	0,36	18,84	91		
			фрукты	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,36	0,36	8,82	42	№ 338	
			<i>итого</i>				548	15,651	18,515	75,529	536
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>				0	0	0	0	0
1	2	Итого за день:			548	15,651	18,515	75,529	536		69,43
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Сосиски отварные	100	8,7	11,5	4,4	156	№243/2015 Дели	
			гор.блюдо	Макаронные изделия отварные	150	5,602	5,068	35,906	212	№309/2015г Дели	
			гор.напиток	Напиток из урюка	200	0,02	7,99	32	ТТК 2021г		
			хлеб	Хлеб ржано-пшеничный/ Хлеб пшеничный	40	2,52	0,36	18,84	91		
			фрукты								
			сладкое	Печенье весовое	12,8	0,883	1,766	9,485	57		
			<i>итого</i>				502,8	17,725	18,694	76,621	548
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>				0	0	0	0	0
1	3	Итого за день:			502,8	17,725	18,694	76,621	548		69,43
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Плов с говядиной	190	15,44	18,29	51,2	431	ТТК № 2737 от 07.12.2023	
			гор.напиток	Чай с сахаром	208	0,021	0,005	7,989	32	ТТК от 2021г	
			хлеб	Хлеб ржано-пшеничный/ Хлеб пшеничный	42	2,62	0,38	19,74	95		
			фрукты								
			закуска	Салат из свеклы отварной (с маслом)	60	1,33	1,36	1,14	22	№52/2015г Дели	
			<i>итого</i>				500	19,411	20,035	80,069	580
1	4	Обед	закуска								

			сладкое	Печенье весовое	12,8	0,883	1,766	9,485	57			
				<i>итого</i>	500,8	17,576	18,802	66,467	508		69,43	
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:			500,8	17,576	18,802	66,467	508		69,43	
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Котлеты столичные запеченые	90	12,612	13,657	7,777	202	ТТК от 2023г		
			гор.блюдо	Каша рисовая вязкая	150	2,303	4,129	23,944	142	ТТК 2014г		
					Напиток из урюка	200	0,02		7,99	32	ТТК №2693 от 14.09.2023	
			гор.напиток									
			хлеб		Хлеб ржано-пшеничный/ Хлеб пшеничный	40	2,52	0,36	18,84	91		
			фрукты		Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,36	0,36	8,82	42	№338	
				<i>итого</i>	580	17,815	18,506	67,371	509		69,43	
2	4	Итого за день:			580	17,815	18,506	67,371	509		69,43	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Жаркое по - домашнему	190	13,05	17,03	39,88	365	ТТК №2738 от 07.12.2023 г2023г		
			гор.напиток		Чай с сахаром	208	0,021	0,005	7,989	32	ТТК от 2021г	
			хлеб		Хлеб ржано-пшеничный/ Хлеб пшеничный	42	2,62	0,38	19,74	95		
			фрукты									
			закуска		Салат из квашеной капусты	60	0,983	3,052	4,632	51	№47/2015 Дели	
				<i>итого</i>	500	16,674	20,467	72,241	543		69,43	
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:			500	16,674	20,467	72,241	543		69,43	
		Среднее значение за период:			514,4	18,0901	19,607	72,733	542,5		69,43	