

Школа МБОУ "Поисовская СОШ"

Утвердил: должность

директор школы

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

Нургалеева Л.С.

Возрастная категория

7-18 лет

дата

день

месяц

год

6

5

2025

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Рагу из птицы	200	15	14	17	252	289	71,58
			гор.напиток	Чай с лимоном (полусладкий)	217	0	0	15	63	377	3,35
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2	0	15	71	1	3
			хлеб черн.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1	0	9	44	1	1,94
			закуска	Салат "Школьный"	60	1	4	5	65	32	10,92
			итого		527	19,84	18,5	60,99	494,95		90,79
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Рагу из птицы	230	17	16	20	291	289	82,32
			гор.напиток	Чай с лимоном (полусладкий)	217	0	0	15	63	377	3,35
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	118	1	5
			хлеб черн.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2	0	14	66	1	3
			закуска	Салат "Школьный"	100	2	7	7	108	32	18,2
			итого		1154	44,48	42,28	141,73	1140,7		202,66
1	2	Завтрак 2	гор.блюдо	Каша манная молочная со слив. маслом	203	7,23	8,35	33,44	297,82	181	
			гор. напиток	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	тк 1	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142	1	
			итого		463	11,99	8,83	68,02	460,86		0
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	2	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	2	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	2	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	2	Итого за день:			2144	76,31	69,61	270,74	2096,51		0