Школа МБОУ "Поисевская СОШ"

Утвердил: должность директор школы

фамилия Нургалиева Л.С.

дата 19 (день) 5 (месяц) 2025 (год)

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория 7-18 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Фрикадельки "Особые" в томатном соусе	100	10	12	10	186	9	30,05
			гор.блюдо	Каша ячневая вязкая	150	5	4	24	155	174	6,15
			гор.напиток	Напиток из смеси сухофруктов	200	1	0	19	80	3	6,27
			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	Винегрет овощной	60	1	4	5	75	67	11,35
			итого		560	19,66	20,93	82,12	610,87		58,76
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Фрикадельки "Особые" в томатном соусе	100	10	12	10	186	9	30,05
			гор.блюдо	Каша ячневая вязкая	180	6	5	29	187	174	7,38
			гор.напиток	Напиток из смеси сухофруктов	200	1	0	19	80	3	6,27
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	118	1	5
			хлеб черн.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2	0	14	66	1	2
			закуска	Винегрет овощной	100	2	7	8	125	67	18,91
			итого		660	23	25	105	762		69,61
1	1	Завтрак 2	гор. блюдо	Каша вязкая пшеничная молочная со слив. маслом	203	8,64	9,24	38,65	312	173	
			гор. напиток	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	ттк 1	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142	1	
			итого		463	13,4	9,72	73,23	475,04		0
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	1	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	1	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	1	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	1	Итого за день:			1023	33,06	30,65	155,35	1085,91		0