

Школа МБОУ "Поисевская СОШ"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория 7-18 лет

Утвердил: должность директор школы

фамилия Нургалиева Л.С.

дата

4 9 2025

день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	4	Завтрак 1	гор. блюдо	Каша вязкая пшенная молочная со слив. маслом	203	8,64	11,06	44,32	312	173	
			гор. напиток	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	1	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142	1	
			итого		463	13,4	11,54	78,9	475,04		0
1	4	Завтрак 2	гор.блюдо	Мясо тушенное в соусе	100	15	17	3	225	256	66
		1-4 кл	гарнир	Макаронные изделия отварные	150	5	4	29	187	203	6,52
			гор.напиток	Чай с лимоном (полусладкий)	217	0	0	15	63	377	3,69
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2	0	15	71	1	1,39
			хлеб черн.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1	0	9	44	1	1
			закуска	Салат из свежей капусты с огурцом	60	0,86	2,7	2,64	38,4	19	4,35
			итого		517	24	22	70	590		82,95
1	4	Завтрак 2	гор.блюдо	Мясо тушенное в соусе	100	15	17	3	225	256	66
		5-11 кл	гарнир	Макаронные изделия отварные	180	6	5	34	224	203	7,82
			гор.напиток	Чай с лимоном (полусладкий)	217	0	0	15	63	377	3,69
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	118	1	2,31
			хлеб черн.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2	0	14	66	1	1,52
			закуска	Салат из свежей капусты с огурцом	60	0,86	2,7	2,64	38,4	19	7,25
			итого		637	28	22	93	735		88,59
1	4	Завтрак	гор. блюдо								
			гор. напиток								
			хлеб бел.								
			итого								
1	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	4	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0