

Школа МБОУ "Поисевская СОШ"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-18 лет

Утвердил: должность директор школы

фамилия

Нургалиева Л.С.

дата

28

4

2025

день

месяц

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда: г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Мякоть птицы тушеная в соусе	100	11	11	12	186	290	55,62
			гор.блюдо	Пюре из гороха	150	17	1	38	232	199	14,36
			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	4,4	4,5	65	32	10,92
			итого		577	32,16	16,66	93,49	660,95		89,19
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Мякоть птицы тушеная в соусе	100	11	11	12	186	290	55,62
			гор.блюдо	Пюре из гороха	180	17	1	38	232	199	17,23
			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	1,7	7,4	7,4	108	32	18,2
			итого		677	34,88	19,92	110,73	773,25		102,4
2	1	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	ткк 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
2	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	1	Полдник	булочное								
			напиток								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	1	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	1	Ужин 2	кисло-мол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	1	Итого за день:			1717	79,03	45,41	272,24	1895,06		0