

Школа МБОУ СОШ с. Елгань

Утвердил: должность директор

## Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия Девятков А.Н.

Возрастная категория 7-11 лет

дата 30 8 2023

день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с крупой "Геркулес"	250	6	7	21	165	
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	1	2	17	89	
			хлеб	Булочка "Веснушка"	100	8	6	57	314	
			фрукты							
			<i>итого</i>			550	15	14,5	95	568
1	1	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0
1	1	<b>Итого за день:</b>			550	15	14,5	95	568	
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Котлета из говядины	100	18	18	14	286	
			Соус	Соус томатный	50	0,27	1,84	2,62	28,07	
			гор.напиток	Компот из яблок	200	1	0	23	96	
			хлеб	хлеб пшеничный	50	4	1	24	109	
			фрукты							
			закуска	Салат из моркови	60	1	3	7	59	
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	47	263,8	
			<i>итого</i>			610	33	29,27	117,62	841,87

1	2	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0
1	2	<b>Итого за день:</b>			610	33	29,27	117,62	841,87	
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Тефтели из говядины	100	14	13	9	204	
			гор.напиток	компот из сухофруктов	200	1	0	27	110	
			хлеб	хлеб пшеничный	50	4	1	24	109	
			фрукты							
			закуска	Салат из помидор	60	1	6	2	66	
			гарнир	Картофельное пюре	150	3	6	19	138	
			<i>итого</i>		560	23	26	81	627	
1	3	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0
1	3	<b>Итого за день:</b>			560	23	26	81	627	
1	4	Завтрак	гор.блюдо	курица в соусе с томатом	120	14	14	4	192	
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0	0	12	49	



			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
1	5	<b>Итого за день:</b>			505	24	18	119	646
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с вермишелью	250	7	8	25	195
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	1	5	17	89
			хлеб	Булочка "Веснушка"	100	8	6	57	314
			фрукты						
			<i>итого</i>		550	16	19	99	598
2	1	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						
			напиток						
			хлеб бел.						
			хлеб черн.						
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0
2	1	<b>Итого за день:</b>			550	16	19	99	598
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Рулет из говядины с яйцом	100	15	12	6	190
			гор.напиток	компот из сухофруктов	200	1	0	28	114
			хлеб	хлеб пшеничный	50	4	1	24	109
			фрукты						
			закуска	Салат из капусты с морковью	60	1	3	5	53
			гарнир	пюре картофельное	150	3	6	19	138
			<i>итого</i>		560	24	22	82	604
2	2	Обед	закуска						
			1 блюдо						
			2 блюдо						
			гарнир						



			<i>итого</i>		550	47	59	84	1073	
2	4	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
						<i>итого</i>		0	0	0
2	4	<b>Итого за день:</b>			550	47	59	84	1073	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	каша ячневая молочная	205	7	7	40	247	
			гор.напиток	Компот из сухофруктов	200	1	0	27	110	
			хлеб	Рожок обсыпной	100	8	5	60	315	
			фрукты							
						<i>итого</i>		505	16	12
2	5	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
						<i>итого</i>		0	0	0
2	5	<b>Итого за день:</b>			505	16	12	127	672	
<b>Среднее значение за период:</b>					561	24,527	25,861	99,024	707,964	


№ рецептуры	Цена
165	16,14
287	6,53
	20,00
	42,67
	0
	42,67
381	54,14
265	5,22
507	8,74
	4,10
9	5,17
219	10,37
	77,37

	0
	77,37
389	52,53
508	5,53
	4,10
22	4,75
429	18,40
	85,31
	0
	85,31
405	71,67
300	2,62



	0
	43,14
53	17,69
287	6,34
	20,00
	44,03
	0
	44,03
386	45,82
508	5,53
	4,10
4	6,66
429	18,40
	80,51

	0
	80,51
381	56,26
265	5,22
507	8,74
	4,10
22	4,75
227	8,21
	87,28
	0
	87,28
406	77, 21
300	2,62
	4,10
16	9,81

	16,53
	0
	16,53
115	14,74
508	5,53
	20,00
	40,27
	0
	40,27
	61,352