

Школа **МБОУ "Ищерская СОШ №2"** Утвердил: должность **директор**
 Типовое примерное меню приготавливаемых блюд фамилия **Хаджиева М.А.**
 Возрастная категория **7-11 лет** дата **4 9 2023**
день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Мюсли с молоком №179	135	7,32	5,5	26,52	184,86		81,25
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02		
			хлеб	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25		
			фрукты	Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5		
				Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3		
			<i>итого</i>		570	18,97	13,55	121,04	682,93		81,25
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0	0
1	1	Итого за день:			570	18,97	13,55	121,04	682,93		81,25
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая с изюмом №177	200	6,09	10,88	47,99	314,24		81,25
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83		
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25		
			фрукты	Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5		
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64		
			<i>итого</i>		610	17,08	21,93	133,31	741,46		81,25
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0	0
1	2	Итого за день:			610	17,08	21,93	133,31	741,46		81,25
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Омлет с морковью №214	65	5,52	10,21	2,01	122,01		81,25
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64		
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02		
			хлеб	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25		
			фрукты	Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5		
				Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3		
<i>итого</i>		510	17,25	26,46	96,66	694,72		81,25			
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0	0
1	3	Итого за день:			510	17,25	26,46	96,66	694,72		81,25
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рис припущенный №305	200	4,85	5,73	48,89	266,53		81,25
				Сыр порциями	30	6,96	8,88	0	107,76		
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83		
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25		
			фрукты	Сосиски "Особые халяль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46		
			<i>итого</i>		630	30,72	30,46	115,82	802,83		81,25
1	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0	0
1	4	Итого за день:			630	30,72	30,46	115,82	802,83		81,25

			<i>итого</i>		630	17,1	22,72	127,68	726,13		81,25
2	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								81,25
			2 блюдо								81,25
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		162,5
2	4	Итого за день:			630	17,1	22,72	127,68	726,13		243,75
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре №377	150	4,05	6	8,7	105		81,25
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0,16	16,4	0,26	149,28		
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02		
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25		
			фрукты								
				Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3		
				Сосиски "Особые халяль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46		
			<i>итого</i>		630	25,83	43,7	97,29	828,31		81,25
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								81,25
			2 блюдо								81,25
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		162,5
2	5	Итого за день:			630	25,83	43,7	97,29	828,31		243,75
		Среднее значение за период:			589	19,493	26,72	110,28	730,826		178,75