

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

фамилия Козырева О.Ю.
дата 16

день

10

2023

№

Цена

Неделя	День	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамин	Рейтинг	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	Горячее блюдо	Сыр (порциями)	15	3,9	4	52,8	97				16,95
				Батон	20	1,5	1	10,28	52,4	693			3,98
				Каши Молочные, омлеты, запеканки	220	9,32	9	48,33	336,6	302			23,68
				Гор. напиток	200	3,84	4	14,38	152	1 110			9,42
				Хлеб, мучные изделия	15	1,22		7,32	36,3	897			1,9
				Сок, фрукты	150	0,6	1	14,7	70,5	976,03			38,91
				Итого	620	20,38	19	95,01	700,6				94,84
1	1	Обед	Салат, овощная добавка	Смесь овощная*	60	0,78		2,94	38,4	819,03			29,98
			Суп	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6	126,4	1 015			18,15
			Второе блюдо	**Плов с мясом птицы	200	18,61	22	38,69	379,8	1 020			66,36
			Напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7	928			11,27
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4	894,01			3,4
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8	1 147			3,62
			Итого	Итого за день:	700	27,61	27	99,98	760,5				132,78
					1 320	47,99	46	194,99	1 461,1				227,62

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: Должность Директор

фамилия Козырева О.Ю.

дата 17

день

10.05.2023

Месяц

Год

Итого за день:

Неделя	День	Приним пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод дры	Калории	Энергетическая ценность	Цена
1	2	Завтрак	Горячее блюдо	Биточек мясной рубленый	90	14	12	14,39	219,1	827	59,98
			Соус	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8	600,01	1,98
			Гарнир	Пюре картофельное	170	3,73	6	25,03	167,4	995	24,97
			Гор. напиток	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9	686	5,65
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4	897	2,26
			Итого		500	19,69	19	65,69	510,6		94,84
1	2	Обед	Салат, овощная добавка	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8	817	9,83
			Суп	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6	1 058	14,17
			Мясо отварное, гренки	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8	1 052	3,96
			Второе блюдо	**Гуляш из мяса свинины	90	10,27	25	3,66	279,3	437,06	54,36
			Гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8	998	14,07
			Напиток	Сок натуралыный	200			22,4	95	707	31,84
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3	894,01	1,88
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8	1 147	2,67
			Итого		740	24,83	44	99,38	901,4		132,78
			Итого за день:		1 240	44,52	63	165,07	1 412		227,62

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

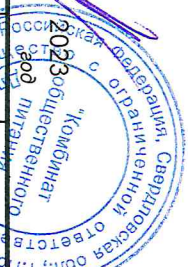
7-11 лет

Утвердил: Должность Директор

фамилия Козырева О.Ю.

Дата 20 10

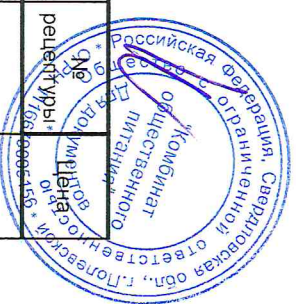
день Месяц



Неделя	День	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Умента № рецептуры	Цена
1	5	Завтрак	Горячее блюдо	**Бефстроганов	90	11,29	34	5,38	368,8	1 050,01	63,46
			Гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8	998	12,43
			Гор. напиток	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9	828	2,87
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9	1 148	1,77
			Кондитерские изделия	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	37,2	203,5	1 141	14,31
			<i>итого</i>		505	23,87	45	103,28	911,9		94,84
1	5	Обед	Салат, овощная добавка	Салат из моркови с сахаром	60	0,83	1	6,72	36,8	1 163	10,45
			Суп	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7	1 152	13,75
			Мясо отварное, гренки	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8	1 052	4,09
			Второе блюдо	Птица, тушенная в сметанном соусе	90	22,28	8	2,8	159,5	1 168	83,48
			Гарнир	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5	512	11,81
			Напиток	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1	930	5,2
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3	894,01	1,94
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9	1 147	2,06
			<i>итого</i>		735	33,57	18	89,66	675,6		132,78
			<i>Итого за день:</i>		1 240	57,44	63	192,94	1 587,5		227,62

Школа Шу № Красногудурьинск
Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория 7-11 лет

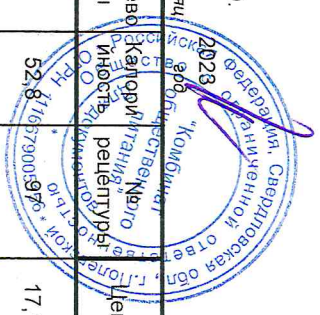
Утвердил: должность **Директор**
 фамилия **Козырева О.Ю.**
 дата **23 10 2023** день месяц год



Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность	Энергетическая ценность по рецептуре	Энергетическая ценность по таблице
2	1	Завтрак	Бутерброды, сыр, масло	Масло сливочное (порциями) Батон	10 20	0,08 1,5	7 1	0,13 10,28	66,1 52,4	1 259,01 693	14,17 4,03
			Каша молочные, омлеты, запеканки	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	8,57	8	61,55	279,7	235,05	24,51
			Гор. напиток	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1	854	8,15
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3	897	1,93
			Сок, фрукты	Фрукт	160	0,64	1	15,68	75,2	976,03	42,05
			<i>итого</i>		<i>625</i>	<i>13,37</i>	<i>19</i>	<i>112,14</i>	<i>597,8</i>		<i>94,84</i>
2	1	Обед	Салат, овощная добавка	Кукуруза отварная	30	3,4	3	19,8	40,5	604	12,55
			Салат, овощная добавка	Горошек зеленый отварной	30	0,89	2	1,88	25	819,02	5,74
			Суп	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118	1 016	15,42
			Мясо отварное, гренки	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60	943	3,24
			Второе блюдо	Биточек мясной рубленый	90	14	12	14,39	219,1	827	71,2
			Гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4	516	11,45
			Напиток	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2	699	11,03
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9	1 147	2,15
			<i>итого</i>		<i>730</i>	<i>29,59</i>	<i>26</i>	<i>127,17</i>	<i>823,1</i>		<i>132,78</i>
			<i>Итого за день:</i>		<i>1 355</i>	<i>42,96</i>	<i>45</i>	<i>239,31</i>	<i>1 420,9</i>		<i>227,62</i>

Школа ШУ № Красногурьевск
 Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория 7-11 лет

Утвердил: Должность Директор
 фамилия Козырева О.Ю.
 Дата 25 10 2028
 день месяц



Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углево ды	Калори и	Энергет ическая ценность	Число рециркуля ций	Цена
2	3	Завтрак	Бутерброды, сыр, масло	Сыр (порциями)	15	3,9	4	52,8	116,7	900,6	979	17,14
			Салат, овощи добавка	Батон	20	1,5	1	10,28	52,4		693	4,03
			Салат, овощи добавка	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	80	0,69	4	6,42	66,5		1 101	15,64
			Каши молочные, омлеты, запеканки	Омлет запеченный или паровой	170	17,39	21	3,15	267,2		891	52,66
			Гор. напиток	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9		828	3,32
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9		1 148	2,05
			Итого		500	24,76	30	41,2	537,7			94,84
2	3	Обед	Салат, овощная добавка	Икра кабачковая пром. производства	60	0,72	4	4,44	58,2		813	19,26
			Суп	Суп рыбный «Мозаика»	200	5,33	3	14,51	105,7		52	24,08
			Второе блюдо	**Гуляш из мяса птицы	90	16,94	6	5,93	229,8		1 024	61,38
			Гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8		998	15,04
			Напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7		928	8,88
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3		894,01	2,01
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9		1 147	2,13
			Итого		730	33,5	19	105,42	825,4			132,78
			Итого за день:		1 230	58,26	49	146,62	1 363,1			227,62

(Handwritten signature in blue ink)

Школа ШУ № Красносельский
Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория 7-11 лет

Утвердил: Должность **Директор**
 фамилия **Козырева О.Ю.**
 дата 26 10 2023
 день месяц год

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углево ды	Калори е	Энергетическая ценность	Цена
2	4	Завтрак	Горячее блюдо	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6	966	69,09
			Соус	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7	11,901	1,26
			Гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5	516,0515	14,53
			Гор. напиток	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9		686
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4		897
			<i>итого</i>		510	21,05	20	75,39	546,1		94,84
2	4	Обед	Салат, овощная добавка	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и морковью с маслом растительным	60	0,89	5	5,19	63,5	820,02	18,86
			Суп	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1	1113	24,46
			Мясо отварное, гренки	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8	1052	5,97
			Второе блюдо	Рыба тушеная в томате с овощами	90	15,33	8	3,28	136,7	1070	50,69
			Гарнир	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5	512	17,4
			Напиток	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4	917,02	9,56
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3	894,01	2,83
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9	1147	3,01
			<i>итого</i>		735	25,38	21	95,24	690,2		132,78
			<i>Итого за день:</i>		1245	46,43	41	170,63	1236,3		227,62