

Школа

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	каша пшеничная молочная с маслом
				яйцо вареное
			гор.напиток	чай с лимоном
			хлеб	батон подольский
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	1	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	1	Обед	закуска	огурцы свежие
			1 блюдо	суп гороховый с картофелем
			2 блюдо	биточки домашние с соусом
			гарнир	макароны отварные
			напиток	компот из сухофруктов
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	хлеб ржаной
			<i>итого</i>	
1	1	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	1	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	1	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная Дружба с маслом
				сыр порциями

			гор.напиток	чай с сахаром
			хлеб	батон подольский
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	2	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	2	Обед	закуска	помидоры порциями
			1 блюдо	борщ из свежей капусты с картоф со сметаной
			2 блюдо	медальонф из филе курицы с соусом
			гарнир	каша гречневая
			напиток	кофейный напиток с молоком
			хлеб бел.	батон подольский
			хлеб черн.	хлеб ржаной
			<i>итого</i>	
1	2	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	2	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	2	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	каша гречневая молочная с маслом
			гор.напиток	напиток апельсиновый
			хлеб	батон подольский
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	3	Завтрак 2	фрукты	

			<i>итого</i>	
1	3	Обед	закуска	огурцы свежие
			1 блюдо	суп картофельный с вермишелью с филе курицы
			2 блюдо	котлеты из рыбы с соусом
			гарнир	картофельное пюре
			напиток	сок
			хлеб бел.	батон подольский
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	3	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	3	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	3	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	3	Итого за день:		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная кукурузная с маслом
				бутерброд с повидлом
			гор.напиток	чай с сахаром
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	4	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	4	Обед	закуска	салат из свежей капусты
			1 блюдо	щи из свежей капусты со сметаной
			2 блюдо	тефтели из говядины в соусе
			гарнир	рис вязкий
			напиток	напиток апельсиновый
			хлеб бел.	батон подольский

			хлеб черн.	хлеб ржаной
			<i>итого</i>	
1	4	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	4	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	4	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	4	Итого за день:		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	каша манная молочная с маслом
				яйцо вареное
			гор.напиток	чай с соком
			хлеб	батон подольский
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	5	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	5	Обед	закуска	огурцы свежие
			1 блюдо	суп картофельный с рисом
			2 блюдо	домашнее жаркое из говядины
			гарнир	
			напиток	компот из свежих яблок
			хлеб бел.	батон подольский
			хлеб черн.	хлеб ржаной
			<i>итого</i>	
1	5	Полдник	булочное	
			напиток	

			<i>итого</i>	
1	5	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	5	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	5	Итого за день:		
1	6	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	6	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	6	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	6	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	6	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	

1	6	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	6	Итого за день:		
1	7	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	7	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	7	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	7	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	7	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	7	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	7	Итого за день:		

2	1	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	1	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	1	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	1	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	1	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	1	Итого за день:		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	

2	2	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	2	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	2	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	2	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	2	Итого за день:		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	3	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	

			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	3	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	3	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	3	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	3	Итого за день:		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	4	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	4	Полдник	булочное	
			напиток	

			<i>итого</i>	
2	4	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	4	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	4	Итого за день:		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	5	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	5	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	5	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	

			<i>итого</i>	
2	5	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	5	Итого за день:		
2	6	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	6	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	6	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	6	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	6	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	6	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	

			<i>итого</i>	
2	6	Итого за день:		
2	7	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	7	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	7	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	7	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	7	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	7	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	7	Итого за день:		
				Среднее значение за период:

Утвердил: должность

фамилия

дата

		2023
день	месяц	год

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углев од ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
245	6	6	12	334		12,45
25	6	6	0	78		6,75
207	0	0	15	60		4,2
40	3	1	20	100		1,6
517	15	13	47	572		25
0	0	0	0	0		#WERT!
60	1	4	7	35		13,08
200	4	4	12	114		7
90	6	5	2	173		30,69
150	5	5	26	211		7,95
200	0	0	15	97		5,98
45	4	2	19	90		3,3
745	20	20	81	720		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		#WERT!
1262	35	33	128	1292		#WERT!
245	9	9	41	288		15,16
10	3	5		36		6,53

200	0	0	15	57		2,11
50	4	1	15	76		1,2
505	16	15	71	457		25
0	0	0	0	0		#WERT!
60	1	0	3	13		9,23
205	2	5	8	115		10,46
90	6	7	5	185		27,71
150	5	6	23	161		7,11
200	3	3	23	115		10,75
30	3	0	15	76		1,2
20	1	0	7	42		1,54
755	21	21	84	707		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
1260	37	36	155	1164		#WERT!
245	11	13	38	340		14,83
200	0	0	16	66		8,97
60	5	2	15	75		1,2
505	16	15	69	481		25

0	0	0	0	0		#WERT!
60	1	0	2	9		8,01
210	3	4	17	111		15,23
90	8	5	9	122		19,95
150	3	6	16	242		12,36
200	1		15	76		11,09
40	3	1	15	85		1,36
750	19	16	74	645		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
1255	35	31	143	1126		#WERT!
245	11	11	13	323		18,49
60	4	1	37	202		4,4
200			15	57		2,11
505	15	12	65	582		25
0	0	0	0	0		#WERT!
60	1	0	3	53		4,6
205	2	5	8	78		8,13
90	5	5	12	31		34,9
150	3	5	13	235		8,66
200			15	66		8,97
30	3	1	15	76		1,2

20	1	0	7	42		1,54
755	15	16	73	581		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
1260	30	28	138	1163		#WERT!
245	7	9	42	294		12,17
25	6	6		76		6,75
200	0		20	76		4,88
40	3	1	20	75		1,2
510	16	16	82	521		25
0	0	0	0	0		#WERT!
60	1	3	6	8		8,01
200	5	4	14	107		7,83
250	10	13	30	282		43,66
200			15	96		5,91
30	3	1	15	75		1,05
20	1	0	7	42		1,54
760	20	21	87	610		#WERT!

0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
1270	36	37	169	1131		#WERT!
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!

0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!

0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		0

0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		#WERT!

0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!

0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!

0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!

0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
0	0	0	0	0		#WERT!
1261,4	34,6	33	146,6	1175,2		#WERT!