

Школа

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Макароны запеченные с сыром
			гор.напиток	Чай с лимоном и сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
			итого	
1	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			итого	
1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Суп с рыбными консервами
			гор.напиток	Кисель из п/я концентрата
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Бутерброд с сыром и сливочным маслом
			итого	
1	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			итого	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Плов из мяса курицы

			гор.напиток	Компот из смеси сухофруктов
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
			итого	
1	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			итого	
1	3	Итого за день:		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Горох отварой со сливочным маслом
				Котлета из мяса курицы
			гор.напиток	Напиток сокосодержащий
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Соус томатный
			итого	
1	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			итого	
1	4	Итого за день:		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная рисовая жидкая
				Сочень творожный
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Апельсин
			итого	
1	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	

			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			итого	
1	5	Итого за день:		
2	6	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая, рассыпчатая с маслом
				Биточки домашние
			гор.напиток	Чай с лимоном и сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Соус томатный
			итого	
2	6	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			итого	
2	6	Итого за день:		
2	7	Завтрак	гор.блюдо	Рассольник "Ленинградский"
				Бутерброд с сыром и сливочным маслом
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком и сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Шоколад
			итого	
2	7	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			итого	
2	7	Итого за день:		
2	8	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая рассыпчатая
				Фрикадели

			гор.напиток	Компот из смеси сухофруктов
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
				Соус томатный
			итого	
2	8	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			итого	
2	8	Итого за день:		
2	9	Завтрак		
2			гор.блюдо	Каша перловая, рассыпчатая
				Гуляш из отварной говядины
			гор.напиток	Компот из свежих фруктов
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
			итого	
2	9	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			итого	
2	9	Итого за день:		
2	10	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная пшенная
				Булочка с повидлом
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
			итого	
2	10	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	

			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	10	Итого за день:		
		Среднее значение за период:		

Утвердил: должность **директор МБОУ СОШ №2 г. Алейска**
 фамилия **Горбунова О. В.**
 дата **9 1 2025**
 день месяц год

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
240	11,9	20	40	392	141	34,2
200	0,2	0,1	13,9	55	186	4,57
50	3,8	0,45	24,4	116		2,99
200	0,76	0,24	30,92	116		20
690	16,66	20,79	109,22	679		61,76
0	0	0	0	0		0
690	16,66	20,79	109,22	679		61,76
250	8,61	8,4	14,34	167	87	63,71
200	0	0	10	119	202	6,63
30	2,3	0,27	14,5	71		1,79
50	8,4	8,6	26,4	221	2	17,07
530	19,31	17,27	65,24	578		89,2
0	0	0	0	0		0
530	19,31	17,27	65,24	578		89,2
250	23,8	24,3	40,2	479	90	43,35

200	2,4	0,1	41,4	171	196	8,6
50	3,8	0,45	24,4	116		3,06
500	30	24,85	106	766		55,01
0	0	0	0	0		0
500	30	24,85	106	766		55,01
200	5	5	33	266	136	10,27
100	10,2	12,1	15,6	230		48,95
200	0	0	22	90		15,88
50	3,8	0,45	24,4	116		2,99
40	0,4	1,8	2,4	27	149	3,66
590	19,4	19,35	97,4	729		81,75
0	0	0	0	0		0
590	19,4	19,35	97,4	729		81,75
250	5,8	9,4	34,8	247	123	17,39
100	12	0	43	220		27
200	0,2	0	13,7	53	184	3,05
30	3,8	0,45	24,4	116		1,4
200	0,8	0,8	19,6	94		72,95
780	22,6	10,65	135,5	730		121,79

0	0	0	0	0		0
780	22,6	10,65	135,5	730		121,79
200	9,5	7,7	38,2	264	113	10,77
100	10,3	15,8	25,1	236		49,01
200	0,2	0,1	13,9	55	186	4,36
50	3,8	0,45	24,4	116		2,99
40	0,4	1,8	2,4	27	149	3,45
590	24,2	25,85	104	698		70,58
0	0	0	0	0		0
590	24,2	25,85	104	698		70,58
250	2,4	5,7	15,8	126	36	22,14
50	8,4	8,6	26,4	221	2	16,96
200	3	3,1	17,9	109	189	12,3
30	2,3	0,27	14,5	71		1,79
20	1,26	6,68	10,54	106		50
550	17,36	24,35	85,14	633		103,19
0	0	0	0	0		0
550	17,36	24,35	85,14	633		103,19
200	11,9	20	40	246	117	22,39
100	11,3	16,47	12,07	230		49,13

200	2,4	0,1	41,4	171	196	6,7
50	3,8	0,45	24,4	116		2,99
200	0,4	0,4	9,8	47		37,62
40	0,4	1,8	2,4	27	149	3,45
790	30,2	39,22	130,07	837		122,28
0	0	0	0	0		0
790	30,2	39,22	130,07	837		122,28
200	5,6	5,9	35,9	223	114	8,45
100	13,3	13,2	3,3	185	64	78,52
200	2,4	0,1	41,4	99	197	8,47
50	3,8	0,45	24,4	116		2,9
200	0,4	0,4	9,8	94		37,62
750	25,5	20,05	114,8	717		135,96
0	0	0	0	0		0
750	25,5	20,05	114,8	717		135,96
250	9,1	11,2	42,1	307	123	18,24
100	12,3	0,4	43,3	220		28
200	0,2	0	13,7	53	184	2,53
30	2,3	0,27	14,5	71		1,86
580	23,9	11,87	113,6	651		50,63

0	0	0	0	0		0
580	23,9	11,87	113,6	651		50,63
635	22,913	21,425	106,1	701,8		89,215