

Школа

МОУ СОШ №7

Утвердил:

должность

Директор МОУ СОШ №7

фамилия

Н.Б. Кузнецова

Возрастная категория

7-11 лет

дата

2024

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	2-е блюдо	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	10,7	28,14	0,44	298,15	252	41,51
			Гарнир	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,23	6,21	33,35	210,46	309	15,80
			Хлеб	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,90	15,40	78,60	TK №1	3,19
			Напиток	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,58	2,28	22,14	120,52	382	20,64
			Хлеб	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,27	0,18	8,48	40,79	TK №4	1,86
			<i>итого</i>		500	22,08	37,71	79,81	748,52		83
1	1	Обед	закуски								
			1-е блюдо	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	285	14,24	19,19	12,50	281,25	99	20,26
			2-е блюдо	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	90	11,78	22,19	12,83	298,21	282	40,15
			Гарнир	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	2,88	4,39	20,59	133,81	128	15,23
			Напиток	КИСЕЛЬ	200	0	0,00	28,21	112,83	411	5,88
			Хлеб	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	TK №21	1,48
			<i>итого</i>		745	30,22	45,95	82,61	866,89		83
1	1	Итого за день:			1245	52,3	83,66	162,42	1615,41		166
1	2	Завтрак	2-е блюдо	ПЛОВ С МЯСОМ	200	15,34	17,31	33,77	352,10	265	48,15
			Напиток	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,12	0,03	20,90	84,97	375	10,00
			Хлеб	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,90	15,40	78,60	TK №1	3,38
			Фрукты	ЯБЛОКО	150	0,6	0,60	14,70	70,50	TK №2	21,47
			<i>итого</i>		580	18,36	18,84	84,77	586,17		83

	2-е блюдо	КНЕЛИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С РИСОМ	90	14,37	14,44	5,20	208,54	301	39,52
	Гарнир	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧЕВАЯ	150	8,19	9,66	36,97	267,18	302.1	15,81
	Напиток	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,00	7,30	30,00	TK № 40	2,04
	Хлеб	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	TK №21	1,48
	Хлеб	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,90	15,40	78,60	TK №1	4,12
	<i>итого</i>		745	28,37	31,36	85,13	736,45		83
2	Итого за день:		1375	46,48	46,26	163,94	1261,75		166
2	Завтрак	2-е блюдо	90	11,5	23,07	12,45	303,46	282	44,16
	Гарнир	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	150	5,44	4,84	34,71	204,32	309	15,07
	Напиток	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	0,2	0,00	7,30	30,00	TK № 40	2,29
	Фрукты	ЧАЙ С САХАРОМ	105	0,84	0,21	7,88	39,90	TK №16	20,00
	Хлеб	МАНДАРИН	20	1,32	0,18	8,48	40,79	TK №21	1,48
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ							
	<i>итого</i>		565	19,3	28,3	70,82	618,47		83
2	Обед	закуска							
	1-е блюдо	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/20	6,04	10,73	17,64	191,95	104	22,51
	2-е блюдо	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	150/30	28,76	21,01	50,02	509,31	219	50,33
	Напиток	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,00	7,30	30,00	TK № 40	2,47
	Хлеб	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	TK №21	1,48
	Кондитерское изделие	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,11	2,69	28,74	155,38	421	6,21
	<i>итого</i>		720	40,43	34,61	112,18	927,43		83
2	Итого за день:		1285	59,73	62,91	183	1545,9		166
	Среднее значение за период:		1303,667	48,093333	55,82	195,86	1356,8		166