

Школа МБОУ Суетовская ОШ Ярцевского района Смоленской области

**Типовое примерное меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	1	Обед	закуска	Салат из моркови
			1 блюдо	Суп гороховый на курином бульоне
			2 блюдо	Запеканка вермишелевая с курицей
			гарнир	
			напиток	Чай
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	Хлеб
			<i>итого</i>	
1	1	<b>Итого за день:</b>		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	2	Обед	закуска	Салат Витаминный
			1 блюдо	Свекольник
			2 блюдо	Плов
			гарнир	
			напиток	Компот из сухофруктов
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	Хлеб
			<i>итого</i>	
1	2	<b>Итого за день:</b>		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	

			<i>итого</i>	
1	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп картофельный с вермишелью
			2 блюдо	Картофельное пюре/рыбная котлета
			гарнир	
			напиток	Напиток сокосодержащий
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	Хлеб
			<i>итого</i>	
1	3	<b>Итого за день:</b>		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	суп деревенский
			2 блюдо	Каша молочная пшенная
			гарнир	
			напиток	Чай с лимоном
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	Хлеб
				Печенье
			<i>итого</i>	
1	4	<b>Итого за день:</b>		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп картофельный
			2 блюдо	Гуляш с гречкой
			гарнир	
			напиток	Компот из сухофруктов
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	Хлеб

			<i>итого</i>	
1	5	<b>Итого за день:</b>		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп рисовый
			2 блюдо	Макароны с сыром
			гарнир	
			напиток	Чай
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	Хлеб
				Вафли
			<i>итого</i>	
2	1	<b>Итого за день:</b>		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	2	Обед	закуска	Салат из свеклы
			1 блюдо	Щи
			2 блюдо	Тушеный картофель с курицей
			гарнир	
			напиток	Компот из сухофруктов
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	Хлеб
			<i>итого</i>	
2	2	<b>Итого за день:</b>		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	3	Обед	закуска	

			1 блюдо	Суп рыбный
			2 блюдо	Котлета из птицы
			гарнир	Гречка рассыпчатая
			напиток	Компот из сухофруктов
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	Хлеб
			<i>итого</i>	
2	3	<b>Итого за день:</b>		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп вермишелевый
			2 блюдо	Каша молочная рисовая
			гарнир	
			напиток	Чай с лимоном
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	Хлеб
				Печенье
			<i>итого</i>	
2	4	<b>Итого за день:</b>		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп картофельный с гречкой
			2 блюдо	Овощи тушеные
			гарнир	
			напиток	Напиток сокосодержащий
			хлеб бел.	Круассан
			хлеб черн.	Хлеб
			<i>итого</i>	
2	5	<b>Итого за день:</b>		
				<b>Среднее значение за период:</b>

Утвердил: должность **Директор МБОУ Суетовской ОШ**  
 фамилия **С.В.Панова**  
 дата **2 9 2024**  
*день            месяц            год*

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
0	0	0	0	0		0
60	0.732	4.254	3.984	57.498	11	
250	7.425	4.525	16.6	148.575	2021	
180	35.407	30.324	7.454	401.887	47	
180	0	0	8.982	35.91	10031	
30	2.1	0.9	15.5	75	1	
700	45.664	40.003	52.52	718.87		0
700	45.664	40.003	52.52	718.87		0
0	0	0	0	0		0
60	0.642	9.3	6.204	110.374	1033	
250	4.525	10.325	8.45	167.9	2003	
180	15.6	10.8	30.1	262	33	
180	0.72	1.08	23.83	83.084	10049	
30	2.1	0.9	15.5	75	1	
700	23.587	32.405	84.084	698.358		0
700	23.587	32.405	84.084	698.358		0

0	0	0	0	0		0
250	4.05	9.125	14.4	154.775	2019	
240	21.31	15.12	37.87	429.44	07005/08005	
180	0.036	0	10.782	43.61	27	
30	2.1	0.9	15.5	75	1	
700	27.496	25.145	78.552	702.825		0
700	27.496	25.145	78.552	702.825		0
0	0	0	0	0		0
250	4.975	11.125	11.225	182.175	2062	
200	7.48	11.18	26.96	239.2	4031	
180	0.18	0.036	9.192	38.052	10030	
30	2.1	0.9	15.5	75	1	
40	3	5.268	25.4	178.57		
700	17.735	28.509	88.277	712.997		0
700	17.735	28.509	88.277	712.997		0
0	0	0	0	0		0
250	4.75	7.33	18.38	170.8	2011	
240	23.13	16.018	40.233	400.959	07014/08001/2	
180	0.72	1.08	23.83	83.084	10049	
30	2.1	0.9	15.5	75	1	

700	30.7	25.328	97.943	729.843		0
700	30.7	25.328	97.943	729.843		0
0	0	0	0	0		0
250	4.875	5.812	26.625	238.25	2043	
200	9.28	10	31.26	218	54	
180	0	0	8.982	35.91	10031	
30	2.1	0.9	15.5	75	1	
40	2.61	13.2	24	220		
700	18.865	29.912	106.37	787.16		0
700	18.865	29.912	106.37	787.16		0
0	0	0	0	0		0
60	0.774	4.272	4.896	61.56	1003	
250	4.675	9.5	6.325	144.875	42	
180	3.15	9.43	20.52	188.946	08010/2	
180	0.72	1.08	23.83	83.084	10049	
30	2.1	0.9	15.5	75	1	
700	11.419	25.182	71.071	553.465		0
700	11.419	25.182	71.071	553.465		0
0	0	0	0	0		0

250	8.967	4.032	13.65	142.044	2039	
90	11.97	10.77	17.38	192.77	7003	
150	8.37	8.42	37.07	258.72	8001	
180	0.72	1.08	23.83	83.084	10049	
30	2.1	0.9	15.5	75	1	
700	32.127	25.202	107.43	751.618		0
700	32.127	25.202	107.43	751.618		0
0	0	0	0	0		0
250	4.05	3.125	14.4	154.775	2019	
200	7.36	5.94	42.18	253.48	4032	
180	0.18	0.036	9.192	38.052	10030	
30	2.1	0.9	15.5	75	1	
40	3	5.268	25.4	178.57		
700	16.69	15.269	106.67	699.877		0
700	16.69	15.269	106.67	699.877		0
0	0	0	0	0		0
250	4.875	5.812	26.625	238.25	2042	
200	8.86	18.38	14.88	262.1	7038	
180	0.036	0	10.782	43.61	27	
40	3.8	10.5	29.1	227.1		
30	2.1	0.9	15.5	75	1	
700	19.671	35.592	96.887	846.06		0
700	19.671	35.592	96.887	846.06		0
700	24.3954	28.255	88.98	720.107		#DIV/0!