

Школа

Ербинская основная общеобразовательная школа №4

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Пельмени с маслом
				Сыр твёрдый
			гор.напиток	чай с сахаром и молоком
			хлеб	хлеб ржаной/пшеничный
			фрукты	апельсин
				мини рулет
			<i>итого</i>	
1	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	суп картофельный с фрикадельками
				сыр твёрдый
			гор.напиток	кофейный напиток с молоком
			хлеб	хлеб ржаной/пшеничный
			фрукты	яблоко
				мини-рулет
			<i>итого</i>	
1	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая с маслом
				котлета куриная
			гор.напиток	какао с молоком

			хлеб	хлеб ржаной/пшеничный
			фрукты	сок
				огурец свежий
			<i>итого</i>	
1	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	3	Итого за день:		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	макароны отвные
				мясо птицы
			гор.напиток	кисель
			хлеб	хлеб ржаной/пшеничный
			фрукты	апельсин
				помидор свежий
			<i>итого</i>	
1	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	4	Итого за день:		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	картофельное пюре
				тефтели
			гор.напиток	чай с сахаром и лимоном
			хлеб	хлеб ржаной/пшеничный
			фрукты	яблоко
				огурец свежий
			<i>итого</i>	
1	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	

				<i>итого</i>
1	5	Итого за день:		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная рисовая с маслом
				сыр твёрдый
			гор.напиток	чай с сахаром
			хлеб	хлеб ржаной/пшеничный
			фрукты	апельсин
				чоко-пай
				<i>итого</i>
2	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
				<i>итого</i>
2	1	Итого за день:		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	макароны отварные с сыром
				котлета куриная
			гор.напиток	кофейный напиток
			хлеб	хлеб ржаной/пшеничный
			фрукты	яблоко
				огурец свежий
				<i>итого</i>
2	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
				<i>итого</i>
2	2	Итого за день:		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	щи из свежей капусты со сметаной
				сыр твёрдый
			гор.напиток	какао с сахаром и молоком
			хлеб	хлеб ржаной/пшеничный
			фрукты	апельсин
				сдоба школьная

			<i>итого</i>	
2	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	3	Итого за день:		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	картофельное пюре
				мясо птицы
			гор.напиток	кисель
			хлеб	хлеб ржаной/пшеничный
			фрукты	яблоко
				огурец солёный
			<i>итого</i>	
2	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	4	Итого за день:		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	каша гречневая с маслом
				котлета куриная
			гор.напиток	компот из сухофруктов
			хлеб	хлеб ржаной/пшеничный
			фрукты	апельсин
				мини-рулет
			<i>итого</i>	
2	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	

2	5	Итого за день:	
		Среднее значение за период:	

Утвердил: должность **Заведующая**
 фамилия **Тогулекова С.В.**
 дата **03.09.2024г.**

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
150	15,9	13,2	43,65	357		62,44
40	0	30	0	264	91	27,8
200	2	1	9	51	1011	3,47
75	2,3	0,4	10	51		2,16
200	2	0	16	86		40,8
35	5	16	59	390		16
700	27,2	60,6	137,65	1199		152,67
0	0	0	0	0		0
700	27,2	60,6	137,65	1199		152,67
				95	149	40,75
250	2,50	2,5	15			
40	0	30	0	264	91	27,80
200				86	501	15,07
	4	3	11			
75	2,3	0,4	10	51		2,16
150	0	0	15	70,5		20,00
35	5	16	59	390		16,00
750	13,8	51,9	110	956,5		121,78
0	0	0	0	0		0,00
750	13,8	51,9	110	956,5		121,78
200	8	6	36	203	237	15,07
100	11	8	7	132	412	35,37
200	5	4	13	100	498	23,14

0	0	0	0	0		0,00
765	19,8	21,4	72,5	393,5		91,42
200	8	8	23	182,5	268	50,23
40	0	30	0	264	91	27,80
200	0	0	14	57	933	2,62
75	2,3	0,4	10	51		2,16
200	2	0	16	86		40,80
35	1,3	5,4	18,9	129		17,00
750	13,1	43,3	81,4	769,5		140,61
0	0	0	0	0		0,00
750	13,1	43,3	81,4	769,5		140,61
50	11	9	38	278	291	33,90
100	11	8	7	132	404	35,37
200	4	3	11	86	501	15,07
75	2,3	0,4	10	51		2,16
150	0	0	15	70,5		20,00
50	0,5	0	1,5	7	106	6,98
625	28,8	20,4	82,5	624,5		113,48
0	0	0	0	0		0,00
625	28,8	20,4	82,5	624,5		113,48
250	2,5	5	7	82,5	142	35,40
40	0	30	0	264	91	27,80
200	5	4	13	100	498	23,14
75	2,3	0,4	10	51		2,16
200	2	0	16	86		40,80
50	5	2	34	171	574	9,00

815	16,8	41,4	80	754,5		138,30
0	0	0	0	0		0,00
815	16,8	41,4	80	754,5		138,30
20	4	8	24	184	54	20,18
100	13	12	0	200	404	45,90
200	0	1	12	59	933	5,52
75	2,3	0,4	10	51		2,16
150	0	0	15	70,5		20,00
50	0,5	0	1	6,5		6,98
595	19,8	21,4	62	571		100,74
0	0	0	0	0		0,00
595	19,8	21,4	62	571		100,74
200	8	6	36	203	268	15,07
10	11	8	7	132		35,37
200	0	0	0	81	508	6,20
75	2	0	10	51		2,16
200	2	0	16	86		40,80
35	5	16	59	390		16,00
720	28	30	128	943		115,60
0	0	0	0	0		0,00

720	28	30	128	943		115,60
733	21,99	32,82	90,155	736,15		121,28

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 547202938716807997915962127595569658521524720977

Владелец Новоселова Наталья Афанасьевна

Действителен с 24.04.2024 по 24.04.2025