

Школа **МКОУ Таежнинская школа №7**Утвердил: должность **Директор****Типовое примерное меню приготавливаемых блюд**фамилия **Евдокимова Н.О**Возрастная категория **11-18 лет**дата **7 11 2023**
день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена	
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная рисовая	250	6,6	8,1	35,7	242,1	54-21 к 2020		
			гор.напиток	Какао со сгущеным молоком	200	3,5	3,3	22,3	133,4	54-22 гн 2020		
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	пром.пр.		
			фрукты	Банан	130	2	0	29,1	124,3	пром.пр.		
				Яйцо отварное	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6 от 2020		
			<i>итого</i>				650	19,2	15,6	102,2	626,7	
1	1	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>				0	0	0	0	0	
1	1	Итого за день:			650	19,2	15,6	102,2	626,7		0	
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Тефтели паровы	90	13	13,2	7,3	200,3	54-8м 2020		
			гарнир	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	54-11г 2020		
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн 2020		
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	пром.пр.		
			фрукты									
			закуска	Огурец консервированный	60	0,4	0	15,8	4,8	пром.пр.		
				Соус красный				1,65	1,35	4,45	36,55	54-3 соус 2020

			<i>итого</i>		580	21,65	22,85	75,25	533,15		0	
1	2	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
				<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
1	2	Итого за день:			580	21,65	22,85	75,25	533,15		0	
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Бииточки куриные	90	14,4	3,3	10,1	127,1	54-23м 2020		
			гарнир	Макароны отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	54-1 г 2020		
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2 гн 2020		
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	пром.пр.		
			фрукты									
			закуска	Икра кабачкова	60	0,4	0,28	0,28	3,8	пром.пр.		
				Соус красный	50	1,65	1,35	4,45	36,55	54-2 соус 2020		
				<i>итого</i>		630	26,05	12,53	79,83	533,85		0
1	3	Итого за день:			630	26,05	12,53	79,83	533,85		0	
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Гуляш из говядины	120	20,4	20,4	4,7	283,6	54-2м 2020		
			гарнир	Гречка отварная рассыпчатая	200	11	9,3	47,91	318,5	54-4г 2020		

			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	2	Итого за день:			570	33,15	17,65	88,46	643,65		0
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Жаркое по домашнему	200	20,1	19,3	50,36	323	54-5 гб 2020	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2 гн 2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	пром.пр	
			фрукты	Яблоко	100	0,26	0,17	11,41	48,21	пром.пр	
				<i>итого</i>		530	22,86	19,67	83,07	468,31	
2	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
				<i>итого</i>		0	0	0	0	0	
2	3	Итого за день:			530	22,86	19,67	83,07	468,31		0
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Голубцы линивые	100	8,4	7,9	6,4	130,7	54-3м 2020	
			гарнир	Макароны отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	54-1 г 2020	
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	3,8	3,5	11,2	91,2	54-23 гр 2020	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	пром.пр.	
			фрукты								
			закуска	Сок	200	0	0	11,2	45	пром.пр.	
				Соус красный	50	1,65	1,35	4,45	36,55	54-2 соус 2020	

			<i>итого</i>		780	23,25	20,35	91,75	643,05		0	
2	4	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0		0
2	4	Итого за день:			780	23,25	20,35	91,75	643,05		0	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Шницель из курицы	90	14,4	3,3	10,1	127,1	54-24 м 2020		
			гарнир	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	54-1 г 2020		
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2 гн 2020		
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	пром.пр.		
			фрукты									
			закуска	Зеленый горошек		1,2	0,1	2,4	14,8	пром.пр.		
				Соус красный	50	1,65	1,35	4,45	36,55	54-2 соус 2020		
			<i>итого</i>			570	23,85	13,05	64,65	469,95		0
2	5	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0		0
2	5	Итого за день:			570	23,85	13,05	64,65	469,95		0	
Среднее значение за период:					613	24,431	19,81	84,822	603,696		#ДЕЛ/0!	