

Школа \_\_\_\_\_ Утвердил: должность \_\_\_\_\_ Директор \_\_\_\_\_  
**Типовое примерное меню приготавливаемых блюд** фамилия \_\_\_\_\_ Солоднева Татьяна Васильевна  
 Возрастная категория \_\_\_\_\_ 7-11 лет \_\_\_\_\_ дата \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 2024

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена	
												день
1	1	Завтрак	закуска	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	Таб.№24/96		
			2 блюдо	Бутерброд горячий с сыром	40	5,29	6,78	10,32	123,50	ТТК		
			2 блюдо	Каша молочная рисовая на сгущ.молоке с маслом	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53	ТТК		
			напиток	Чай с сахаром	200	1,00	0,26	14,97	66,18	628/96г.		
			<i>итого</i>		565	11,85	14,85	82,11	509,48		74,58	
1	1	Обед	1 блюдо	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне	200	10,94	11,88	12,90	202,26	148/96		
			2 блюдо	Котлета куриная "Пожарская"	70	11,80	12,03	10,80	198,64	ТТК		
			гарнир	Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09	464/96		
			булочное	Трубочка слоёная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86	ТТК		
			напиток	Отвар шиповника с сахаром	200	0,68	0,28	29,62	123,72	773/97;705/2004		
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	пром		
			хлеб	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24	ПП		
<i>итого</i>		735	35,40	35,57	125,45	963,58		104,43				
1	1	<b>Итого за день:</b>				1 300	47,25	50,42	207,56	1 473,06		179,01
1	2	Завтрак	закуска	Огурец свежий	35	0,25	0,04	0,68	4,08	Таб.№24/96		
			2 блюдо	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе)	30/30	10,10	2,82	2,06	74,00	401/96		
			гарнир	Макароны отварные	180	6,72	7,09	43,08	263,01	469/96		
			напиток	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25	№629/96		
			хлеб	Батон в ассортименте	30	2,25	0,87	15,42	78,51	ПП		
			<i>итого</i>		505	19,40	10,83	76,45	480,85		74,58	
1	2	Обед	1 блюдо	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,26	110/96		
			2 блюдо	Котлета рубленая из говядины	70	10,70	16,67	10,96	236,67	ТТК		
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,30	4,98	22,06	146,26	472/96		
			напиток	Компот из ягод замороженной	200	0,26	0,11	25,88	105,55	697/97		
			хлеб	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43	ПП		
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	Пром		
<i>итого</i>		700	21,76	26,61	106,46	752,37		104,43				
1	2	<b>Итого за день:</b>				1 205	41,16	37,44	182,91	1 233,22		179,01

2	3	Завтрак	закуска	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17	54,88	Таб.№24/96	
			2 блюдо	Каша молочная из поленты жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	6,12	5,30	41,59	238,54	ТТК	
			2 блюдо	Бутерброд горячий с сыром	40	5,29	6,78	10,32	123,50	ТТК	
			напиток	Чай с молоком	200	1,45	1,75	17,32	90,83	630/96	
			<i>итого</i>		557	13,43	14,27	81,40	507,75		74,58
2	3	Обед	закуска	Огурец свежий	50	0,36	0,05	0,97	5,77	Таб.№24/96	
			1 блюдо	Суп из овощей на кур. бульоне	200	8,70	9,56	9,46	158,72	132/96	
			2 блюдо	Котлета рубленая Школьная	50	5,71	6,34	4,98	99,82	289/2011 Дели принт	
			гарнир	Соус томатный	30	0,29	1,52	1,85	22,24	540/96	
			гарнир	Спагетти (макароны) отварные	150	5,60	5,66	35,88	216,84	469/96	
			напиток	Компот из груш п/с	200	0,01	0,01	6,92	27,76	Акт от 06-09.06.2022г.	
			хлеб	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43	ПП	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	пром	
			<i>итого</i>		750	25,75	23,85	91,68	684,34		104,43
<b>Итого за день:</b>		<b>1 307</b>	<b>39,17</b>	<b>38,12</b>	<b>173,09</b>	<b>1 192,10</b>		<b>179,01</b>			
2	4	Завтрак	закуска	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,39	2,30	Таб.№24/96	
			2 блюдо	Котлеты Пикник	50	5,20	14,80	5,20	174,80	ТТК	
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,30	4,98	22,06	146,26	472/96	
			булочное	Плюшка Московская	50	4,25	3,19	31,17	170,39	ТТК	
			напиток	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25	№629/96	
			хлеб	Батон в ассортименте	35	2,63	1,02	17,99	91,60	ПП	
			<i>итого</i>		505	15,60	24,02	92,02	646,60		74,58
			<b>Итого за день:</b>		<b>1 225</b>	<b>47,58</b>	<b>66,62</b>	<b>185,41</b>	<b>1 531,58</b>		<b>179,01</b>
2	4	Обед	закуска	Помидор свежий	30	0,34	0,06	1,16	6,54	Таб.№24/96	
			1 блюдо	Суп лапша домашняя на кур. бульоне	200	11,18	12,32	11,46	201,39	151/96	
			2 блюдо	Гуляш из говядины	40/40	12,20	14,10	2,54	185,86	401/96	
			гарнир	Каша перловая с овощами	150	3,65	15,41	25,18	254,04	ТТК	
			напиток	Компот из ягод замороженной	200	0,26	0,11	25,88	105,55	697/97	
			хлеб	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57	ПП	
			хлеб	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	ПП	
			<i>итого</i>		720	31,99	42,61	93,39	884,99		104,43
			<b>Итого за день:</b>		<b>1 225</b>	<b>47,58</b>	<b>66,62</b>	<b>185,41</b>	<b>1 531,58</b>		<b>179,01</b>
2	5	Завтрак	2 блюдо	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти	50	5,61	9,69	1,02	113,73	393/97	
			гарнир	Макароны отварные	180	6,72	7,09	43,08	263,01	469/96	
			булочное	Трубочка слоёная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86	ТТК	
			напиток	Чай с шиповником	200	0,24	0,10	18,35	75,26	579/2013г.	
			хлеб	Батон в ассортименте	35	2,63	1,02	17,99	91,60	ПП	
			<i>итого</i>		500	16,84	23,63	94,85	659,46		74,58
2	5	Обед	закуска	Огурец свежий	35	0,25	0,04	0,68	4,08	Таб.№24/96	
			1 блюдо	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,26	110/96	
			2 блюдо	Фрикадельки из говядины	50	7,75	9,96	4,35	138,04	114/96	
			гарнир	Картофель запеченный	150	3,09	6,86	25,18	174,82	240/96	
			булочное	Булочка Домашняя	30	2,36	3,87	18,52	118,35	№769/04	
			напиток	Компот из яблок (местное)	200	0,18	0,18	28,36	115,79	698/97	
			хлеб	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	ПП	
			хлеб	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57	ПП	
			<i>итого</i>		725	19,65	25,58	115,28	769,95		104,43
<b>Итого за день:</b>		<b>1 225</b>	<b>36,49</b>	<b>49,21</b>	<b>210,13</b>	<b>1 429,40</b>		<b>179,01</b>			
<b>Среднее значение за период:</b>					<b>1252,4</b>	<b>44,33</b>	<b>48,36</b>	<b>191,82</b>	<b>1371,87</b>		<b>179,01</b>