

Школа

Утвердил: должность

Директор

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия Солоднева Татьяна Васильевна

Возрастная категория

7-11 лет

дата

15

4

2024

день

месяц

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
3	11	Завтрак	закуска	Десерт фруктовый (груша)	80	0,32	0,24	8,24	36,40	Таб.№24/96	
			закуска	Бутерброд с сыром (батон в асс.)	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61	Таб №25/96	
			2 блюдо	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	6,00	7,51	39,54	249,75	Таб 24/96	
			напиток	Чай с сахаром	200	1,00	0,26	14,97	66,18	628/96г.	
			<i>итого</i>		525	14,29	14,54	75,74	490,94		74,58
3	11	Итого за день:			525	14,29	14,54	75,74	490,94		74,58
3	12	Завтрак	закуска	Огурец солёный	20	0,16	0,02	0,34	2,18	Таб №24/96	
			2 блюдо	Котлета куриная "Пожарская"	50	9,30	7,10	8,50	135,10	ТТК	
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,30	4,98	22,06	146,26	472/96	
			булочное	Булочка сахарная	50	4,55	3,06	34,59	184,10	ТТК	
			напиток	Чай яблочный	200	0,06	0,06	13,38	54,30	ТТК	
			хлеб	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	ПП	
3	12	Итого за день:			505	20,03	15,50	96,09	603,98		74,58
3	13	Завтрак	закуска	Десерт фруктовый (груша)	75	0,30	0,23	7,73	34,19	Таб.№24/96	
2 блюдо	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом		200/5	8,35	9,82	34,12	258,26	Таблица №4/96			
булочное	Ватрушка с творогом		75	10,02	5,03	32,48	215,27	695/08;741/04			
напиток	Чай фруктовый		200	0,20	0,04	19,01	77,20	ТТК			
<i>итого</i>			555	18,87	15,12	93,34	584,92		74,58		
3	13	Итого за день:			555	18,87	15,12	93,34	584,92		74,58
3	14	Завтрак	закуска	Десерт фруктовый (яблоко)	65	0,26	0,26	6,37	28,86	Таб.№24/96	
			2 блюдо	Мякоть цыпленка тушеная в томатном соусе (котл.мясо птицы)	40/40	10,83	8,85	2,47	132,90	290/07 ДеЛи принт	
			гарнир	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	469/96;516/3/04	
			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>		525	19,07	14,28	75,49	506,81		74,58
3	14	Итого за день:			525	19,07	14,28	75,49	506,81		74,58
3	15	Завтрак	закуска	Десерт фруктовый (яблоко)	180	0,72	0,72	17,64	79,92	Таб.№24/96	
			закуска	Бутерброд горячий с мясом пресс.с сыром	35	6,51	6,21	10,28	123,05	11/04	
			2 блюдо	Блинчики с повидлом	90/10	4,36	6,39	26,37	180,41	ТТК	
			напиток	Чай с молоком сгущенным	200	1,37	1,62	17,63	90,58	630/96	
			<i>итого</i>		515	12,96	14,94	71,92	473,96		74,58
3	15	Итого за день:			515	12,96	14,94	71,92	473,96		74,58

4	16	Завтрак	закуска	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40	Таб.24/96	
			2 блюдо	Бутерброд горячий с сыром	40	5,29	6,78	10,32	123,50	ТТК	
			2 блюдо	Каша молочная "Дружба"с маслом	200/5	6,27	7,84	33,76	230,68	Таб 24/96	
			напиток	Чай с молоком	200	1,45	1,75	17,32	90,83	630/96	
			<i>итого</i>			545	13,41	16,77	72,70	495,41	
4	16	Итого за день:		545	13,41	16,77	72,7	495,41		74,58	
4	17	Завтрак	закуска	Десерт фруктовый (банан)	70	1,05	0,35	14,70	66,15	Таб.№24/96	
			2 блюдо	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти	50	5,61	9,69	1,02	113,73	393/97	
			гарнир	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	469/96;516/3/04	
			напиток	Чай с сахаром	200	1,00	0,26	14,97	66,18	628/96г.	
			хлеб	Батон в ассортименте	30	2,25	0,87	15,42	78,51	ПП	
<i>итого</i>			500	15,56	15,46	82,13	529,86		74,58		
4	17	Итого за день:		500	15,56	15,46	82,13	529,86		74,58	
4	18	Завтрак	закуска	Помидор свежий	35	0,39	0,07	1,36	7,63	Табл №24/94	
			2 блюдо	Котлеты Пикник	50	5,20	14,80	5,20	174,80	ТТК	
			гарнир	Рис отварной с овощами	150	3,72	5,51	37,12	212,90	460/2013 Самар.обл.	
			булочное	Печенье 1шт	20	1,60	1,80	15,60	85,00	ТТК	
			напиток	Чай ягодный	200	0,14	0,05	12,95	52,81	ТТК	
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48		
<i>итого</i>			500	14,47	22,59	94,37	638,62		74,58		
4	18	Итого за день:		500	14,47	22,59	94,37	638,62		74,58	
4	19	Завтрак	закуска	Десерт фруктовый (банан)	105	1,58	0,53	22,05	99,29	Таб.№24/96	
			2 блюдо	Каша молочная ячневая с маслом	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05	Таб№4/96	
			булочное	Слойка с творогом	50	4,82	12,78	18,61	208,74	ТУ	
			напиток	Чай с молоком	200	1,45	1,75	17,32	90,83	630/96	
			<i>итого</i>			560	15,18	22,71	93,70	639,91	
4	19	Итого за день:		560	15,18	22,71	93,7	639,91		74,58	
4	20	Завтрак	закуска	Огурец свежий	30	0,21	0,03	0,58	3,43	Таб.№24/96	
			2 блюдо	Гуляш из цыплят в томатном соусе	30/30	8,13	6,94	1,85	102,45	401/96,ТТК 452	
			гарнир	Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09	464/96	
			булочное	Булочка с кунжутом	50	4,31	1,17	28,26	140,81	ТТК	
			напиток	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25	№629/96	
			хлеб	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34	ПП	
<i>итого</i>			510	18,81	13,54	78,30	510,37		74,58		
4	20	Итого за день:		510	18,81	13,54	78,3	510,37		74,58	
4	21	Завтрак	закуска	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40	Таб.24/96	
			закуска	Огурец свежий	20	0,14	0,02	0,39	2,30	Таб.№24/96	
			2 блюдо	Паста сливочная с курицей	200	12,15	11,38	30,55	273,24	Москва 2022г.	
			напиток	Чай фруктовый	200	0,20	0,04	19,01	77,20	ТТК	
			хлеб	Батон в ассортименте	30	2,25	0,87	15,42	78,51	ПП	
<i>итого</i>			550	15,14	12,71	76,67	481,65		74,58		
4	21	Итого за день:		550	15,14	12,71	76,67	481,65		74,58	
Среднее значение за период:				526,36	16,16	16,19	82,76	541,49		74,58	