

Школа

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.
			гор.блюдо	Каша молочная ячневая с маслом
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Батон в ассортименте
			фрукты	Сыр порционный
			итого	
1	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	Борщ из свежей капусты с картофелем
			2 блюдо	Котлеты Пикник с соусом томатным
			гарнир	Каша гречневая с овощами
			напиток	Напиток из лимона
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная пшеничная с маслом
			закуска	Десерт фруктовый (яблоко)
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Батон в ассортименте
			фрукты	
			булочное	Сдоба оригинальная
				Сыр порционный
			итого	
1	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями
			2 блюдо	Котлета рубленая мясная запеченая с соусом
			гарнир	Каша гречневая вязкая
			напиток	Напиток из сливы зам.п.с.,
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			булочное	Трубочка слоёная в ассортименте
			итого	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Ежики мясные Детские с соусом томатным
			гор.блюдо	Макароны отварные
			гор.напиток	Чай лимонный
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	

			булочное	Булочка с кунжутом 50г.
			итого	
1	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной
			2 блюдо	Фрикадельки из птицы с соусом томатным
			гарнир	Рис оригинальный
			напиток	Напиток из ягод (смесь зам) п.с.
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			булочное	Печенье сдобное Крендель сливочный 12гр.
			итого	
1	3	Итого за день:		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом
			закуска	Десерт фруктовый (яблоко)
			гор.напиток	Чай с сахаром п/с
			хлеб	Батон в ассортименте
			фрукты	
			булочное	Рожок обсыпной 50гр.
				Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)
			итого	
1	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп картофельный с горохом
			2 блюдо	Гуляш Детский
			гарнир	Макароны отварные
			напиток	Напиток из сливы зам.п.с.,
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
1	4	Итого за день:		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.
			гор.блюдо	Каша молочная ячневая с маслом
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Батон в ассортименте
			фрукты	Сыр порционный
			итого	
1	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	Борщ из свежей капусты с картофелем
			2 блюдо	Котлеты Пикник с соусом томатным
			гарнир	Каша гречневая с овощами
			напиток	Напиток из лимона
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	

			итого	
1	5	Итого за день:		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная рисовая с маслом
			закуска	Десерт фруктовый (яблоко)
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Батон в ассортименте
			фрукты	
				Сыр порционный
			итого	
2	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной
			2 блюдо	Котлета рубленая с соусом томатным
			гарнир	Каша гречневая вязкая
			напиток	Напиток из ягод (смесь зам) п.с.
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			булочное	Трубочка слоёная в ассортименте
			итого	
2	1	Итого за день:		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Котлета Классная с гарниром (овощное соте)
			гор.блюдо	макароны отварные (макар.спагетти)
			гор.напиток	Чай с сахаром п/с
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
			итого	
2	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп картофельный с горохом
			2 блюдо	Гуляш Детский
			гарнир	Рис припущенный
			напиток	Напиток из сливы зам.п.с.,
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
2	2	Итого за день:		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная ячневая с маслом
			гор.блюдо	Сырники классические с молоком сгущ.
			гор.напиток	Чай без сахара
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)
			итого	
2	3	Обед	закуска	Огурец свежий
			1 блюдо	Суп картофельный с рисом

			2 блюдо	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом
			гарнир	
			напиток	Чай с сахаром
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			булочное	Сдоба оригинальная
			итого	
2	3	Итого за день:		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Голубцы ленивые куриные с соусом томат.
			гор.блюдо	Макароны отварные
			гор.напиток	Чай лимонный
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
			итого	
2	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	Борщ из свежей капусты с картофелем
			2 блюдо	Биточки рубленые с соусом
			гарнир	Каша гречневая вязкая
			напиток	Напиток из яблок п.с.
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
2	4	Итого за день:		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом
			закуска	Десерт фруктовый (яблоко)
			гор.напиток	Чай фруктовый
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Сыр порционный
			итого	
2	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп лапша домашняя
			2 блюдо	Зразы рубленые из говядины с соусом томатным
			гарнир	Картофель отварной
			напиток	Напиток Витошка витаминизированный
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			булочное	Печенье Курабье 20гр.для дет.питания
			итого	
2	5	Итого за день:		
		Среднее значение за период:		

Утвердил: должность **Директор**
 фамилия **Солоднев И.П.**
 дата

31	8	2026
день	месяц	год

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
50	2,79	0,88	19,9	98,7		
205	7,33	7,65	35,72	241,05		
200			14,97	66,18		
40	3	1,16	20,56	104,68		
15	3,69	4,69		56,97		
510	16,81	14,38	91,15	567,58		0
200	1,55	4,11	10,25	84,23		
100	5,68	17,34	8,29	211,91		
150	6,81	16,43	31,73	302,03		
200	0,14	0,02	24,43	98,46		
50	3,8	0,4	24,6	117,2		
700	17,98	38,3	99,3	813,83		0
1210	34,79	52,68	190,45	1381,41		0
205	8,57	7,64	42,52	273,12		
70	0,28	0,28	7,91	35,28		
200			14,97	66,18		
20	1,5	0,58	10,28	52,34		
50	2,75	2,25	29	147,25		
15	3,69	4,69		56,97		
560	16,79	15,44	104,68	631,14		0
200	2,36	2,02	16,82	94,9		
90	9,87	20,83	11,83	274,25		
150	4,58	4,81	22,12	150,09		
200	0,12	0,05	16,41	66,53		
30	2,28	0,24	14,76	70,32		
35	1,64	5,74	14,41	115,86		
705	20,85	33,69	96,35	771,95		0
1265	37,64	49,13	201,03	1403,09		0
90	2,87	17,22	18,54	240,62		
150	5,65	4,29	36,02	205,29		
200	0,08	0,01	15,21	61,25		
45	3,42	0,36	22,14	105,48		

50	4,8	2,1	29,75	157,1		
535	16,82	23,98	121,66	769,74		0
210	1,77	6,11	7,69	92,83		
90	8,45	9,52	7,48	149,34		
150	4,3	6,18	41,84	240,18		
200	0,21	0,05	17,77	72,39		
50	3,8	0,4	24,6	117,2		
12	0,8	2,64	7,56	57,2		
712	19,33	24,9	106,94	729,14		0
1247	36,15	48,88	228,6	1498,88		0
205	8,35	9,82	34,12	258,26		
75	0,3	0,3	7,35	33,3		
200			6,99	27,94		
20	1,5	0,58	10,28	52,34		
50	3,9	2,8	28,6	155,2		
15	1,65	3		33,6		
565	15,7	16,5	87,34	560,64		0
200	4,83	4,41	15,87	122,49		
100	11,06	28,96	3,1	317,26		
180	6,72	7,09	43,08	263,01		
200	0,12	0,05	16,41	66,53		
50	3,8	0,4	24,6	117,2		
730	26,53	40,91	103,06	886,49		0
1295	42,23	57,41	190,4	1447,13		0
50	2,79	0,88	19,9	98,7		
205	7,33	7,65	35,72	241,05		
200			14,97	66,18		
40	3	1,16	20,56	104,68		
15	3,69	4,69		56,97		
510	16,81	14,38	91,15	567,58		0
200	1,55	4,11	10,25	84,23		
100	5,68	17,34	8,29	211,91		
150	6,81	16,43	31,73	302,03		
200	0,14	0,02	24,43	98,46		
50	3,8	0,4	24,6	117,2		

700	17,98	38,3	99,3	813,83		0
1210	34,79	52,68	190,45	1381,41		0
205	6	7,51	39,54	249,75		
90	0,36	0,36	10,17	45,36		
200			14,97	66,18		
40	3	1,16	20,56	104,68		
15	3,69	4,69		56,97		
550	13,05	13,72	85,24	522,94		0
210	1,77	6,11	7,69	92,83		
100	6,85	18,61	10,36	236,34		
150	4,58	4,81	22,12	150,09		
200	0,21	0,05	17,77	72,39		
40	3,04	0,32	19,68	93,76		
35	1,64	5,74	14,41	115,86		
735	18,09	35,64	92,03	761,27		0
1285	31,14	49,36	177,27	1284,21		0
90	9,49	25,06	9,91	303,09		
180	6,72	7,09	43,08	263,01		
200			6,99	27,94		
45	3,42	0,36	22,14	105,48		
515	19,63	32,51	82,12	699,52		0
200	4,83	4,41	15,87	122,49		
100	11,06	28,96	3,1	317,26		
150	3,75	4,16	39,29	209,6		
200	0,12	0,05	16,41	66,53		
50	3,8	0,4	24,6	117,2		
700	23,56	37,98	99,27	833,08		0
1215	43,19	70,49	181,39	1532,6		0
205	7,33	7,65	35,72	241,05		
60	14,01	9,5	8,55	175,74		
200						
50	3,8	0,4	24,6	117,2		
15	1,65	3		33,6		
530	26,79	20,55	68,87	567,59		0
60	0,43	0,06	1,16	6,9		
200	2,14	2,32	17,31	98,68		

150	10,02	17,7	32,56	392		
200			14,97	66,18		
40	3,04	0,32	19,68	93,76		
50	2,75	2,25	29	147,25		
700	18,38	22,65	114,68	804,77		0
1230	45,17	43,2	183,55	1372,36		0
90	8,39	10,39	5,34	148,44		
180	6,72	7,09	43,08	263,01		
200	0,08	0,01	15,21	61,25		
45	3,42	0,36	22,14	105,48		
515	18,61	17,85	85,77	578,18		0
200	1,55	4,11	10,25	84,23		
105	10,01	24,75	12,76	313,86		
150	4,58	4,81	22,12	150,09		
200	0,01	0,01	15,3	61,39		
50	3,8	0,4	24,6	117,2		
705	19,95	34,08	85,03	726,77		0
1220	38,56	51,93	170,8	1304,95		0
205	8,35	9,82	34,12	258,26		
85	0,34	0,34	9,6	42,82		
200	0,2	0,04	19,01	77,2		
50	3,8	0,4	24,6	117,2		
15	3,69	4,69		56,97		
555	16,38	15,29	87,33	552,45		0
200	2,43	4,63	12,02	99,47		
90	8,05	20,91	11,43	266,13		
150	3,1	0,62	25,27	119,04		
200			9,7	38,8		
45	3,42	0,36	22,14	105,48		
20	1,4	4	13	93,6		
705	18,4	30,52	93,56	722,52		0
1260	34,78	45,81	180,89	1274,97		0
1243,7	37,844	52,157	189,48	1388,1		#ДЕЛ/0!