Школа МБОУ "Павлозаводская СОШ"
 Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория 7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	закуска	Салат из белокочанной капусты
			гор.блюдо	Котлета мясная с соусом
			гор.блюдо	Каша перловая рассыпчатая
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
				<i>итого</i>
1	1	Обед	закуска	Морковь отварная
			1 блюдо	Суп картофельный с горохом
			2 блюдо	Тефтели с соусом
			гарнир	Макаронные изделия отварные
			напиток	Напиток из ягодной смеси "Летняя"
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб пшенично-ржаной
			<i>итого</i>	
1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	закуска	Огурец солёный
			гор.блюдо	Птица, тушенная в соусе томатном
			гор.блюдо	Пюре картофельное
			напиток	Напиток из клубники
			хлеб	Хлеб пшеничный
				<i>итого</i>
1	2	Обед	закуска	Икра свекольная
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной
			2 блюдо	Шницель из печени с соусом
			гарнир	Каша полтавская вязкая
			напиток	Напиток из ягодной смеси "Слива"
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
		хлеб черн.	Хлеб пшенично-ржаной	
			<i>итого</i>	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	закуска	Маринад овощной (без томата)
			гор.блюдо	Котлета рыбная с соусом
			гор.блюдо	Рис припущенный
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
				<i>итого</i>
1	3	Обед	закуска	Салат из свежей капусты с зелёным горошком

			1 блюдо	Рассольник ленинградский со сметаной
			2 блюдо	Рагу из птицы
			напиток	Напиток из смеси сухофруктов
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб пшенично-ржаной
			<i>итого</i>	
1	3	Итого за день:		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная "Геркулес" с маслом
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном
			хлеб	Батон сдобный с маслом
			хлеб	Сдоба обыкновенная
			<i>итого</i>	
1	4	Обед	закуска	Икра морковная
			1 блюдо	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной
			2 блюдо	Птица, запеченная в сметанном соусе
			гарнир	Каша перловая рассыпчатая
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб пшенично-ржаной
			<i>итого</i>	
1	4	Итого за день:		
1	5	Завтрак	закуска	Свекла отварная
			гор.блюдо	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом
			гор.блюдо	Рагу овощное
			напиток	Напиток из ягодной смеси "Слива"
			хлеб	Хлеб пшеничный
			<i>итого</i>	
1	5	Обед	закуска	Огурец солёный
			1 блюдо	Суп из овощей со сметаной
			2 блюдо	Птица, тушеная в соусе томатном
			гарнир	Каша пшенная вязкая
			напиток	Напиток из клубники
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб пшенично-ржаной
		<i>итого</i>		
1	5	Итого за день:		
2	1	Завтрак	закуска	Салат из свежей капусты с зелёным горошком
			гор.блюдо	Шницель из печени с соусом
			гор.блюдо	Макаронные изделия отварные
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном
			хлеб	Хлеб пшеничный
			<i>итого</i>	
2	1	Обед	закуска	Морковь отварная

			1 блюдо	Рассольник ленинградский со сметаной
			2 блюдо	Птица, запеченная в сметанном соусе
			гарнир	Каша полтавская вязкая
			напиток	Напиток из смеси сухофруктов
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб пшенично-ржаной
			<i>итого</i>	
2	1	Итого за день:		
2	2	Завтрак	закуска	Свекла отварная
			гор.блюдо	Котлета куриная с соусом
			гор.блюдо	Каша гречневая вязкая
			напиток	Напиток из клубники
			хлеб	Хлеб пшеничный
			<i>итого</i>	
2	2	Обед	закуска	Огурец солёный
			1 блюдо	Суп картофельный с горохом
			2 блюдо	Фрикадельки мясные в соусе
			гарнир	Рис припущенный
			напиток	Напиток из ягодной смеси "Летняя"
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб пшенично-ржаной
		<i>итого</i>		
2	2	Итого за день:		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная кукурузная с маслом
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Батон сдобный с маслом
			хлеб	Сдоба обыкновенная
			<i>итого</i>	
2	3	Обед	закуска	Икра свекольная
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной
			2 блюдо	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом
			гарнир	Каша перловая рассыпчатая
			напиток	Напиток из облепихи
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб пшенично-ржаной
		<i>итого</i>		
2	3	Итого за день:		
2	4	Завтрак	закуска	Морковь отварная
			гор.блюдо	Рагу из птицы
			напиток	Напиток из чёрной смородины
			хлеб	Хлеб пшеничный
			<i>итого</i>	
2	4	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями

			2 блюдо	Котлета мясная с соусом
			гарнир	Пюре гороховое
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб пшенично-ржаной
			<i>итого</i>	
2	4	Итого за день:		
2	5	Завтрак	закуска	Огурец солёный
			гор.блюдо	Тефтели с соусом
			гор.блюдо	Каша полтавская вязкая
			напиток	Напиток из смеси сухофруктов
			хлеб	Хлеб пшеничный
			<i>итого</i>	
2	5	Обед	закуска	Маринад овощной (без томата)
			1 блюдо	Борщ сибирский со сметаной
			2 блюдо	Котлета куриная с соусом
			гарнир	Каша гречневая вязкая
			напиток	Напиток из клубники
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб пшенично-ржаной
			<i>итого</i>	
2	5	Итого за день:		
Среднее значение за период:				

Утвердил: должность
 фамилия
 дата

директор ООО "АСП+" Старковская М.А.		
2	сентября	2024
день	месяц	год

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калори йность	№ рецептур ы	Цена
60	0.84	3.06	3.34	52	43	10
90	9.3	10.7	14.9	228	451	50.58
150	3.09	4.49	24.36	143	510	15
200	0.2	0.06	12.3	59	685	5
30	2.43	0.3	14.64	73	акт	4
530	15.86	18.61	69.54	555		84.58
60	0.78	2.28	4.44	41	315	8
200	4.96	4.48	17.84	134	139	10
90	12.2	11.1	14.8	235	462	33.58
150	5.25	6.2	31.3	221	516	15
200	0.44	0	24.1	83	631	10
20	1.62	0.2	9.76	49	акт	4
20	1.62	0.68	8.44	44	акт	4
740	26.87	24.94	110.68	807		84.58
1270	42.73	43.55	180.22	1362		169.16
60	0.48	0.06	0.48	6	акт	10
100	11.85	9.2	4.2	147	301	35.58
150	3.15	6.75	21.9	164	520	20
200	0.3	0	26.2	116	акт	15
20	1.62	0.2	9.76	49	акт	4
530	17.4	16.21	62.54	482		84.58
60	1.32	4.56	6.84	77	78	5
205	1.97	4.68	12.6	80	124	10
100	12.1	9.2	6.8	161	622	36.58
150	3.8	4.6	24.1	168	302	15
200	0.2	0	24.1	83	631	10
30	2.43	0.3	14.64	73	акт	4
30	2.43	1.02	12.7	66	акт	4
775	24.25	24.36	101.78	708		84.58
1305	41.65	40.57	164.32	1190		169.16
60	0.72	3.8	6	86	613	10
90	12.00	8.2	14.1	175	388	50.08
150	4.5	6.8	33.4	214	512	15
200	0.2	0.06	12.3	59	685	5
20	1.62	0.2	9.76	49	акт	4
520	19.04	19.06	75.56	583		84.08
60	0.72	3	7.02	49	43	10

205	1.47	4.83	14.3	116	132	10
250	15.8	14.9	44.1	375	436	41.58
200	0.48	0	21.2	105	638	15
30	2.43	0.3	14.64	73	акт	4
30	2.43	1.02	12.7	66	акт	4
775	23.33	24.05	113.96	784		84.58
1295	42.37	43.11	189.52	1367		168.66
205	8.26	5.2	23.93	219	173	43.58
205	0.2	0.01	13.8	62	686	6
40	2.3	7	15.9	121	2	15
75	5.7	5.1	17.73	111	акт	20
525	16.46	17.31	71.36	513		84.58
60	1.32	4.56	6.84	77	78	10
205	1.66	4.91	11.28	92	110	10
100	13.1	11.7	25.5	237	акт	36.58
150	3.09	4.49	24.36	143	510	15
200	0.2	0.06	12.3	59	685	5
30	2.43	0.3	14.64	73	акт	4
20	1.62	0.68	8.44	44	акт	4
765	23.42	26.7	103.36	725		84.58
1290	39.88	44.01	174.72	1238		169.16
60	1.08	0	6.48	30	315	10
90	13.9	11.5	24.6	272	454	40.58
150	2.4	6.05	15.7	131	43	15
200	0.2	0	24.1	83	631	15
20	1.62	0.2	9.76	49	акт	4
520	19.2	17.75	80.64	565		84.58
60	0.48	0.06	0.48	6	акт	5
205	3.64	2.88	13.4	114	111	10
100	11.85	9.2	4.2	147	301	31.58
150	5.5	10.7	40.6	200	302	15
200	0.3	0	26.2	116	акт	15
30	2.43	0.3	14.64	73	акт	4
30	2.43	1.02	12.7	66	акт	4
775	26.63	24.16	112.22	722		84.58
1295	45.83	41.91	192.86	1287		169.16
60	0.72	3	7.02	49	43	10
90	10.9	8.3	6.1	145	622	49.58
150	5.25	6.2	31.3	221	516	15
205	0.2	0.01	13.8	62	686	6
20	1.62	0.2	9.76	49	акт	4
525	18.69	17.71	67.98	526		84.58
60	0.78	2.28	4.44	41	315	5

205	1.47	4.83	14.3	116	132	10
100	13.1	11.7	25.5	237	акт	36.58
150	3.8	4.6	24.1	168	302	15
200	0.48	0	21.2	105	638	10
30	2.43	0.3	14.64	73	акт	4
20	1.62	0.68	8.44	44	акт	4
765	23.68	24.39	112.62	784		84.58
1290	42.37	42.1	180.6	1310		169.16
60	1.08	0	6.48	30	315	10
90	10.2	11.8	7.2	205	акт	50.58
150	4.8	7.05	25.65	180	510	15
200	0.3	0	26.2	116	акт	5
20	1.62	0.2	9.76	49	акт	4
520	18	19.05	75.29	580		84.58
60	0.48	0.06	0.48	6	акт	10
200	4.96	4.48	17.84	134	139	10
90	10.80	11.6	17.4	249	469	36.58
150	4.5	6.8	33.4	214	512	10
200	0.44	0	24.1	83	631	10
30	2.43	0.3	14.64	73	акт	4
20	1.62	0.68	8.44	44	акт	4
750	25.23	23.92	116.3	803		84.58
1270	43.23	42.97	191.59	1383		169.16
205	9.1	6.8	34.1	249	173	39.58
200	0.2	0.06	12.3	59	685	5
40	2.3	7	15.9	121	2	15
75	5.7	5.1	17.73	111	акт	25
520	17.3	18.96	80.03	540		84.58
60	1.32	4.56	6.84	77	78	9
205	1.97	4.68	12.6	80	124	10
90	13.9	11.5	24.6	272	454	32.58
150	3.09	4.49	24.36	143	510	15
200	0.3	0	15	96	700	10
30	2.43	0.3	14.64	73	акт	4
20	1.62	0.68	8.44	44	акт	4
755	24.63	26.21	106.48	785		84.58
1275	41.93	45.17	186.51	1325		169.16
60	0.78	2.28	4.44	41	315	10
250	15.8	14.9	44.1	375	436	55.58
200	0.1	0	13.9	78	700	15
20	1.62	0.2	9.76	49	акт	4
530	18.3	17.38	72.2	543		84.58
60	0.84	3.06	3.34	52	43	10
200	2.41	4	15.8	96	140	10

90	9.3	10.7	14.9	228	451	36.58
150	8.3	5.5	38.1	224	199	15
205	0.2	0.01	13.8	62	686	5
30	2.43	0.3	14.64	73	акт	4
20	1.62	0.68	8.44	44	акт	4
755	25.1	24.25	109.02	779		84.58
1285	43.4	41.63	181.22	1322		169.16
60	0.48	0.06	0.48	6	акт	10
90	12.2	11.1	14.8	235	462	40.58
150	3.8	4.6	24.1	168	302	15
200	0.48	0	21.2	105	638	15
20	1.62	0.2	9.76	49	акт	4
520	18.58	15.96	70.34	563		84.58
60	0.72	3.8	6	86	613	10
205	3.7	3.63	13.56	102	111	10
90	10.2	11.8	7.2	205	акт	31.58
150	4.8	7.05	25.65	180	510	10
200	0.3	0	26.2	116	акт	15
30	2.43	0.3	14.64	73	акт	4
20	1.62	0.68	8.44	44	акт	4
755	23.77	27.26	101.69	806		84.58
1275	42.35	43.22	172.03	1369		169.16
1285	42.574	42.824	181.359	1315.3		169.11