

Школа **МОУ "Окунайская СОШ №1"**

Утвердил: должность **Директор**

**Типовое примерное меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория **7-11 лет**

фамилия **О.В.Миськова**

дата

**10** / **12** / **2024**  
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	200	5.92	3.6	52.8	267.29	174	
				Яйцо	40	5.1	4.6	0.3	63	пром вып	
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4.08	3.54	17.58	118.5	382	
			хлеб	Бутерброд с маслом и сыром	80	8.67	13.65	24.28	254.65	3	
			фрукты								
			кисломол.	Йогурт	95	4.75	3.04	3.33	59.68	пром вып	
	<i>итого</i>			615	28.52	28.43	98.29	763.11		0	
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0	
1	1	<b>Итого за день:</b>			615	28.52	28.43	98.29	763.11		0
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Пюре картофельное Котлета рыбная	200	9.4	9.7	26.32	230.18	312 234	
			закуска	Горошек консервированный	60	1.78	3.11	3.75	50.11	10	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	60.46	376	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3.95	0.5	24.15	116.9	пром вып	
			фрукты								
			<i>итого</i>			510	15.2	13.33	69.22	457.65	
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	<b>Итого за день:</b>			510	15.2	13.33	69.22	457.65		0
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая Котлета мясная Соус сметанный	230	20.22	23.76	27.28	403.84	302 271	
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0.13	0.02	15.2	61.5	377	
хлеб	Хлеб пшеничный	50	3.95	0.5	24.15	116.9	пром вып				







		<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0
2	5	<b>Итого за день:</b>		500	25.11	5.76	117.88	623.8	0
			<b>Среднее значение за период:</b>	543.5	21.288	23.848	90.486	661.647	#DIV/0!