

Школа

МБОУ Дивинская СШ

## Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные с маслом
				мясные биточки из мяса птицы
			гор.напиток	напиток из сока
			хлеб	Хлеб
				нарезка из свежих ипомидор
				Рулет «Русский бисквит»
			<i>итого</i>	
1	1	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	1	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	1	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	1	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	

1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная пшено
			гор.напиток	какао
			хлеб	батон с сыром
			фрукты	банан
			<i>итого</i>	
1	2	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	2	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	2	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	2	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	картофельное пюре

				Горбуша припущенная с маслом
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб
				нарезка свежий огурец
			<i>итого</i>	
1	3	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	3	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	3	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	3	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	3	<b>Итого за день:</b>		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая

				Куриная грудка
			гор.напиток	Компот из сухофруктов
			хлеб	хлеб
				соус
				Салат свекольный
			<i>итого</i>	
1	4	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	4	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	4	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	4	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	4	<b>Итого за день:</b>		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Творожная запеканка со сгущенкой

			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	
			фрукты	
				печенье
			<i>итого</i>	
1	5	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	5	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	5	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	5	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	5	<b>Итого за день:</b>		
1	6	Завтрак	гор.блюдо	Макароны с сыром
			гор.напиток	Напиток из сока
			хлеб	батон
			фрукты	яблоко

				нарезка из свежих помидор
			<i>итого</i>	
1	6	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	6	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	6	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	6	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	6	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	6	<b>Итого за день:</b>		
1	7	Завтрак	гор.блюдо	Рагу овощное
				Грудка куриная тушеная
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб
				нарезка свежий огурец
				печенье

			<i>итого</i>	
1	7	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	7	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	7	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	7	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	7	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	7	<b>Итого за день:</b>		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	рис отварной
				печень по строгановски
				кисель
			гор.напиток	
			хлеб	Хлеб
			фрукты	Банан
				салат из свежей капусты
			<i>итого</i>	
2	1	Завтрак 2	фрукты	

			<i>итого</i>	
2	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	1	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	1	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	1	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	1	<b>Итого за день:</b>		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре
				котлета мясная
			гор.напиток	Чай с лимоном
			хлеб	Хлеб
				нарезка из свежих помидор
			<i>итого</i>	
2	2	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	2	Обед	закуска	



			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	2	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	2	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	2	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	2	<b>Итого за день:</b>		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная подружка
			гор.напиток	какао
			хлеб	батон
			фрукты	
				йогурт
			<i>итого</i>	
2	3	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	

			<i>итого</i>	
2	3	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	3	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	3	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	3	<b>Итого за день:</b>		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	4	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	4	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	4	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	

			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	4	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	4	<b>Итого за день:</b>		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	5	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	5	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	5	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	5	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	

			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	5	<b>Итого за день:</b>		
2	6	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	6	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	6	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	6	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	6	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	6	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	6	<b>Итого за день:</b>		
2	7	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	

			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	7	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
2	7	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	7	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
2	7	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
2	7	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	7	<b>Итого за день:</b>		
				<b>Среднее значение за период:</b>

Утвердил: должность **Директор**  
 фамилия **Бурсова А.А.**  
 дата \_\_\_\_\_ 2023  
день      месяц      год

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
150	5,6	4,2	36	204,3	тк №1 рецепт 205	
90	39,42	16,43	23,35	253,8	тк №13	
200			20,6	82,5	тк 14	
40	3,02	0,35	18,72	90	гост	
60	0,66	0,12	2,28	14,4	тк 16 рецепт 14	
35	1,4	2,28	21	112	тк 39	
575	50,1	23,38	121,95	757		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0

575	50,1	23,38	121,95	757		0
250	11,63	7,88	49,62	303,25	тк 26 рецепт 3	
200	3,7	3,8	24,5	147	рецепт 693	
45/30/10	4,73	6,88	14,56	139	тк 27 реце 3	
100	1,5	0,5	8	95	рецепт 368	
550	21,56	19,06	96,68	684,25		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
550	21,56	19,06	96,68	684,25		0
150	3,17	4,8	21,42	140,75	тк 41 рецепт 321	

90	19,98	12,78	0,36	196,2	тк 19 рецепт 245	
200	0,1	-	9,9	39,9	тк 25 рецепт 1009	
40	3,02	0,35	18,72	90	гост	
60	0,48	0,06	1,56	8,4	тк 15 рецепт 12	
540	26,75	17,99	51,96	475,25		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
540	26,75	17,99	51,96	475,25		0
150	4,8	5,1	21	148,5	тк 3 рецепт 464	



90	23,29	7,7	0,74	165,6	тк 2 рецепт 302	
200	0,4	-	26,9	111	тк 42 рецепт 376	
40	3,02	0,35	18,72	90	гост	
30	0,24	0,22	1,94	10,8		
60	0,85	3,65	5,02	56,34	тк 21 рецепт 33	
570	32,6	17,02	74,32	582,24		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
570	32,6	17,02	74,32	582,24		0
200	29,63	22,74	49,62	521,53	тк 7 рецепт 344	

250	0,13	-	12,38	49,88	тк 25 рецепт 1009	
50	3,75	4,88	37,25	208,5	тк 37	
500	33,51	27,62	99,25	779,91		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
500	33,51	27,62	99,25	779,91		0
200	9,68	9	36,45	266,8	тк 18 рецепт 14	
200	-	-	20,6	82,5	тк 14 рецепт 816	
30	2,25	0,87	15,42	78,6	гост	
100	0,4	0,4	9,8	44		



560	31,14	16,05	61,69	517,8		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
560	31,14	16,05	61,69	517,8		0
150	3,81	6,11	38,61	228	рецепт 448	
50/50	14,16	10,8	3,89	170	тк рецепт 619	
200	0,44	0,02	28,04	114,3	тк 8 рецепт 376	
40	3,02	0,35	18,72	90	гост	
100	1,5	0,5	8	95		
60	0,85	3,05	5,4	52,44	тк 17 рецепт 20	
550	23,78	20,83	102,66	749,74		0

0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
550	23,78	20,83	102,66	749,74		0
150	3,17	4,8	21,42	140,75	тк 41 рецепт 321	
90	41,23	20,59	70,32	325,2		
200	0,22	-	11,22	46,88	тк 22 рец 282	
40	3,02	0,35	18,72	90	гост	
60	0,66	0,12	2,28	14,4	тк 16 рец 14	
540	48,3	25,86	123,96	570,35		0
0	0	0	0	0		0



0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
575	16,84	20,47	102,33	655,27		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0





0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0

0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
0	0	0	0	0		0
555	29,757	19,867	91,935	625,811		#ДЕЛ/0!