

1-классе

Школа МБОУ "Сидоровская СОШ" Утвердил: должность директор Воробьева С.Н.  
 Типовое примерное меню приготавливаемых блюд фамилия Воробьева С.Н.  
 Возрастная категория 7-11 лет дата 2 9 2024

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	№ рецептур	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	плов с мясом	230	16	14	42	360	291	
			гор.напиток	кофейный напиток	200	4	3	29	155	379	
			хлеб	хлеб пшеничный	50	4	1	1	98	878	
			фрукты	яблоко	150	0	0	7	208	338	
						итого	630	24	18	79	821
1	1	Затран 2	фрукты								
						итого	0	0	0	0	0
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			итого	0	0	0	0	0	0		
1	1	Полдник	булочное								
			напиток								
						итого	0	0	0	0	0
1	1	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
						итого	0	0	0	0	0
1	1	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
						итого	0	0	0	0	0
1	1	Итого за день:			630	24	18	79	821		0
1	2	Завтрак	гор.блюдо	котлета со св. фаршем, макароны и томатным соусом	250	26	30	78	590	608	

1	2	Завтрак	гор.блюдо	котлета сотварными макаронами и томатным соусом	250	26	30	78	590	608	
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0	0	10	60	430	
			хлеб	хлеб пшеничный	50	4	1	1	98	878	
			фрукты	салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	1	4	20	113	
			<i>итого</i>		600	31	32	93	768		
1	2	Завтрак 2	фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
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	Полдник	булочное								
			напиток								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
1	2	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
1	2	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
1	2	<b>Итого за день:</b>			600	31	32	93	768		0
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Рыба тушёная с овощами и рисом	150	8	4	4	381	229	
			гор.напиток	кисель	200	0	0	15	49	359	
			хлеб	хлеб пшеничный	100	8	2	2	196	878	
			фрукты	апельсин	100	1	0	8	38	393	
			<i>итого</i>		550	17	6	29	664		









			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	7		<b>Итого за день:</b>		600	31	31	97	786		0
2	8	Завтрак	гор.блюдо	каша рисовая молочная вязкая	200	6	10	24	182	4	
			гор.напиток	кисель	200	0	0	15	49	359	
			хлеб	бутерброд с маслом и сыром	70	14	13	33	394	3	
			фрукты	яблоко	150	0	0	7	208	338	
			<i>итого</i>		620	20	23	79	833		
2	8	Завтрак 2	фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	8	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	8	Полдник	булочное								
			напиток								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	8	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	8	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	8		<b>Итого за день:</b>		620	20	23	79	833		0

2	9	Завтрак	гор.блюдо	гречка отварная рассыпчатая	200	1	64	1	581	302	
			гор.напиток	компот	200	0	0	26	100	349	
			хлеб	бутерброд с маслом и сыром	70	14	13	33	394	3	
			фрукты	апельсин	100	1	0	8	38	393	
			<i>итого</i>		570	16	77	68	1113		
2	9	Завтрак 2	фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	9	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	9	Полдник	булочное								
			напиток								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	9	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	9	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	9		<b>Итого за день:</b>		570	16	77	68	1113		0
2	10	Завтрак	гор.блюдо	рагу из птицы	230	13	12	15	284	348	
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0	0	10	60	430	
			хлеб	хлеб пшеничный	100	8	2	2	196	878	
			фрукты	салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	1	4	20	113	
			<i>итого</i>		630	22	15	31	560		

2	10	Завтрак 2	фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	10	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	10	Полдник	булочное								
			напиток								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	10	Ужин	гор.блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	10	Ужин 2	кисломол.								
			булочное								
			напиток								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	10	<b>Итого за день:</b>			630	22	15	31	560		0
			<i>итого</i>		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		0
####	####	<b>Итого за день:</b>			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		0
2	5	Завтрак	гор.блюдо								
####	####	<b>Итого за день:</b>			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!
<b>Среднее значение за период:</b>					#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#DIV/0!