

Школа  Утвердил: должность   
**Типовое примерное меню приготавливаемых блюд** фамилия   
 Возрастная категория  1-4 классы дата  2024

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры
1	1	Завтрак	Холодные блюда	Бутерброд с маслом и сыром 5/10/25, порц	40,000	4,580	8,590	14,470	151,400	011863
1	1	Завтрак	Блюда из круп	Каша пшенная молочная с маслом, кг	240,000	35,330	49,190	224,900	356,420	011355
1	1	Завтрак	Напитки	Напиток витаминизированный "Витошка", кг	200,000			7,630	6,100	011340
1	1	Завтрак	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Итого за: Завтрак</b>			<b>505,000</b>	<b>111,910</b>	<b>70,780</b>	<b>706,000</b>	<b>570,420</b>	
1	1	Обед	Супы	Суп гороховый куриный, кг	200,000	30,140	19,500	84,440	123,860	011385
1	1	Обед	Блюда из мяса	Печень по-строгановски, кг	90,000	142,900	122,880	89,020	170,210	011856
1	1	Обед	Гарниры	Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	150,000	46,780	38,230	267,320	242,590	011413
1	1	Обед	Напитки	Чай с сахаром, кг	200,000	1,000	0,260	75,350	61,520	011342
1	1	Обед	Фрукты	Фрукт, кг	100,000	2,600	1,700	138,100	52,000	011337
1	1	Обед	Покупные	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25,000	77,000	8,400	507,000	61,500	011335
1	1	Обед	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>1</b>	<b>3</b>	<b>Итого за: Обед</b>			<b>790,000</b>	<b>372,420</b>	<b>203,970</b>	<b>1 620,230</b>	<b>768,180</b>	
<b>1</b>		<b>Итого за день:</b>			<b>1 295,000</b>	<b>484,330</b>	<b>274,750</b>	<b>2 326,230</b>	<b>1 338,600</b>	

1	2	Завтрак	Блюда из творога	Пудинг из творога с повидлом 130/20, кг	150,000	17,470	12,380	35,860	316,320	011779
1	2	Завтрак	Напитки	Чай с сахаром, кг	200,000	1,000	0,260	75,350	61,520	011342
1	2	Завтрак	Фрукты	Фрукт, кг	100,000	2,600	1,700	138,100	52,000	011337
1	2	Завтрак	Покупные	Батон витаминизированный, кг	25,000	83,000	35,000	570,000	72,000	011418
1	2	Завтрак	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>2</b>	<b>1</b>	<b>Итого за: Завтрак</b>			<b>500,000</b>	<b>176,070</b>	<b>62,340</b>	<b>1 278,310</b>	<b>558,340</b>	
1	2	Обед	Супы	Борщ Морячок со сметаной, кг	200,000	15,240	28,590	55,200	104,130	011439
1	2	Обед	Блюда из птицы	Плов с курицей и куркумой 2, кг	240,000	88,690	70,930	228,350	465,660	011530
1	2	Обед	Напитки	Чай лимонный с сахаром, кг	200,000	1,270	0,280	73,850	61,760	011343
1	2	Обед	Покупные	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50,000	77,000	8,400	507,000	123,000	011335
1	2	Обед	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>Итого за: Обед</b>			<b>715,000</b>	<b>254,200</b>	<b>121,200</b>	<b>1 323,400</b>	<b>811,050</b>	
<b>2</b>		<b>Итого за день:</b>			<b>1 215,000</b>	<b>430,270</b>	<b>183,540</b>	<b>2 601,710</b>	<b>1 369,390</b>	
1	3	Завтрак	Блюда из мяса	Котлета домашняя, кг	80,000	202,270	91,680	99,720	165,910	011547
1	3	Завтрак	Гарниры	Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	130,000	46,780	38,230	267,320	210,240	011413
1	3	Завтрак	Соусы	Соус томатный, кг	40,000	15,970	51,670	95,500	35,070	011550
1	3	Завтрак	Напитки	Чай лимонный с сахаром, кг	200,000	1,270	0,280	73,850	61,760	011343

1	3	Завтрак	Покупные	Батон витаминизированный, кг	25,000	83,000	35,000	570,000	72,000	011418
1	3	Завтрак	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>3</b>	<b>1</b>	<b>Итого за: Завтрак</b>			<b>500,000</b>	<b>421,290</b>	<b>229,860</b>	<b>1 565,390</b>	<b>601,480</b>	
1	3	Обед	Супы	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	200,000	19,800	26,440	88,620	131,580	011386
1	3	Обед	Блюда из мяса	Гуляш из свинины, кг	90,000	171,710	103,460	71,860	173,750	011397
1	3	Обед	Гарниры	Каша гречневая рассыпчатая, кг	150,000	46,980	30,740	299,800	233,880	011414
1	3	Обед	Напитки	Чай с сахаром, кг	200,000	1,000	0,260	75,350	61,520	011342
1	3	Обед	Покупные	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50,000	77,000	8,400	507,000	123,000	011335
1	3	Обед	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>3</b>	<b>3</b>	<b>Итого за: Обед</b>			<b>715,000</b>	<b>388,490</b>	<b>182,300</b>	<b>1 501,630</b>	<b>780,230</b>	
<b>3</b>		<b>Итого за день:</b>			<b>1 215,000</b>	<b>809,780</b>	<b>412,160</b>	<b>3 067,020</b>	<b>1 381,710</b>	
1	4	Завтрак	Блюда из круп	Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	150,000	33,870	44,520	248,290	225,340	011775
1	4	Завтрак	Напитки	Напиток из цикория с молоком, кг	200,000	14,860	8,910	96,710	105,090	011339
1	4	Завтрак	Покупные	Йогурт 125г, шт	125,000	5,000	1,880	17,880	71,250	011501
1	4	Завтрак	Покупные	Батон витаминизированный, кг	25,000	83,000	35,000	570,000	72,000	011418
1	4	Завтрак	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>4</b>	<b>1</b>	<b>Итого за: Завтрак</b>			<b>525,000</b>	<b>208,730</b>	<b>103,310</b>	<b>1 391,880</b>	<b>530,180</b>	

1	4	Обед	Супы	Рассольник ленинградский со сметаной, кг	200,000	16,460	29,030	69,370	117,540	011381
1	4	Обед	Блюда из мяса	Тефтелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг	100,000	160,000	74,640	111,570	180,280	011552
1	4	Обед	Гарниры	Картофельное пюре, кг	150,000	22,000	39,340	147,940	148,290	011412
1	4	Обед	Напитки	Напиток фруктовый с ягодами, кг	200,000	1,380	0,450	113,730	92,220	
1	4	Обед	Покупные	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50,000	77,000	8,400	507,000	123,000	011335
1	4	Обед	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>4</b>	<b>3</b>	<b>Итого за: Обед</b>			<b>725,000</b>	<b>348,840</b>	<b>164,860</b>	<b>1 408,610</b>	<b>717,830</b>	
<b>4</b>		<b>Итого за день:</b>			<b>1 250,000</b>	<b>557,570</b>	<b>268,170</b>	<b>2 800,490</b>	<b>1 248,010</b>	
1	5	Завтрак	Блюда из яиц	Омлет натуральный, кг	150,000	94,840	99,740	23,880	209,880	011358
1	5	Завтрак	Напитки	Чай с молоком, кг	200,000	9,250	5,210	87,350	86,520	011344
1	5	Завтрак	Фрукты	Фрукт, кг	100,000	2,600	1,700	138,100	52,000	011337
1	5	Завтрак	Покупные	Батон витаминизированный, кг	25,000	83,000	35,000	570,000	72,000	011418
1	5	Завтрак	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>5</b>	<b>1</b>	<b>Итого за: Завтрак</b>			<b>500,000</b>	<b>261,690</b>	<b>154,650</b>	<b>1 278,330</b>	<b>476,900</b>	
1	5	Обед	Супы	Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	200,000	18,750	56,930	92,490	188,380	011513
1	5	Обед	Блюда из птицы	Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	240,000	75,650	28,420	123,040	249,210	011400

1	5	Обед	Напитки	Напиток из плодов шиповника, кг	200,000	3,400	1,400	148,300	136,800	011348
1	5	Обед	Покупные	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50,000	77,000	8,400	507,000	123,000	011335
1	5	Обед	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>5</b>	<b>3</b>	<b>Итого за: Обед</b>			<b>715,000</b>	<b>246,800</b>	<b>108,150</b>	<b>1 329,830</b>	<b>753,890</b>	
<b>5</b>		<b>Итого за день:</b>			<b>1 215,000</b>	<b>508,490</b>	<b>262,800</b>	<b>2 608,160</b>	<b>1 230,790</b>	
2	6	Завтрак	Холодные блюда	Бутерброд с маслом и сыром 5/10/25, порц	40,000	4,580	8,590	14,470	151,400	011863
2	6	Завтрак	Блюда из круп	Каша рисовая молочная с маслом, кг	240,000	27,980	47,870	211,050	336,200	011467
2	6	Завтрак	Напитки	Кисель с витаминами "Витошка", кг	200,000			28,750	22,500	011341
2	6	Завтрак	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>6</b>	<b>1</b>	<b>Итого за: Завтрак</b>			<b>505,000</b>	<b>104,560</b>	<b>69,460</b>	<b>713,270</b>	<b>566,600</b>	
2	6	Обед	Супы	Суп гороховый куриный, кг	200,000	30,140	19,500	84,440	123,860	011385
2	6	Обед	Блюда из мяса	Азу из свинины, кг	90,000	155,670	149,240	33,200	192,020	011466
2	6	Обед	Гарниры	Каша гречневая рассыпчатая, кг	150,000	46,980	30,740	299,800	233,880	011414
2	6	Обед	Напитки	Чай лимонный с сахаром, кг	200,000	1,270	0,280	73,850	61,760	011343
2	6	Обед	Фрукты	Фрукт, кг	100,000	2,600	1,700	138,100	52,000	011337
2	6	Обед	Покупные	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25,000	77,000	8,400	507,000	61,500	011335

2	6	Обед	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>6</b>	<b>3</b>	<b>Итого за: Обед</b>			<b>790,000</b>	<b>385,660</b>	<b>222,860</b>	<b>1 595,390</b>	<b>781,520</b>	
<b>6</b>		<b>Итого за день:</b>			<b>1 295,000</b>	<b>490,220</b>	<b>292,320</b>	<b>2 308,660</b>	<b>1 348,120</b>	
2	7	Завтрак	Блюда из творога	Мексиканский Флан со сгущенкой 130/20, кг	150,000	19,640	12,950	32,320	322,840	011780
2	7	Завтрак	Напитки	Чай лимонный с сахаром, кг	200,000	1,270	0,280	73,850	61,760	011343
2	7	Завтрак	Фрукты	Фрукт, кг	100,000	2,600	1,700	138,100	52,000	011337
2	7	Завтрак	Покупные	Батон витаминизированный, кг	25,000	83,000	35,000	570,000	72,000	011418
2	7	Завтрак	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>7</b>	<b>1</b>	<b>Итого за: Завтрак</b>			<b>500,000</b>	<b>178,510</b>	<b>62,930</b>	<b>1 273,270</b>	<b>565,100</b>	
2	7	Обед	Супы	Борщ со сметаной, кг	200,000	15,490	28,480	59,220	107,190	011382
2	7	Обед	Блюда из птицы	Фрикасе из куриного филе, кг	90,000	164,300	133,600	44,460	186,930	011435
2	7	Обед	Гарниры	Рис припущенный с куркумой 2, кг	150,000	26,860	36,890	286,470	242,450	011478
2	7	Обед	Напитки	Чай с сахаром, кг	200,000	1,000	0,260	75,350	61,520	011342
2	7	Обед	Покупные	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50,000	77,000	8,400	507,000	123,000	011335
2	7	Обед	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>7</b>	<b>3</b>	<b>Итого за: Обед</b>			<b>715,000</b>	<b>356,650</b>	<b>220,630</b>	<b>1 431,500</b>	<b>777,590</b>	
<b>7</b>		<b>Итого за день:</b>			<b>1 215,000</b>	<b>535,160</b>	<b>283,560</b>	<b>2 704,770</b>	<b>1 342,690</b>	
2	8	Завтрак	Блюда из рыбы	Суфле из минтая с рисом, кг	90,000	152,940	136,450	89,610	200,800	011468
2	8	Завтрак	Гарниры	Картофельное пюре, кг	160,000	22,000	39,340	147,940	158,170	011412

2	8	Завтрак	Напитки	Чай с сахаром, кг	200,000	1,000	0,260	75,350	61,520	011342
2	8	Завтрак	Покупные	Батон витаминизированный, кг	25,000	83,000	35,000	570,000	72,000	011418
2	8	Завтрак	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>8</b>	<b>1</b>	<b>Итого за: Завтрак</b>			<b>500,000</b>	<b>330,940</b>	<b>224,050</b>	<b>1 341,900</b>	<b>548,990</b>	
2	8	Обед	Супы	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	200,000	19,800	26,440	88,620	131,580	011386
2	8	Обед	Блюда из рыбы	Суфле из минтая с рисом, кг	90,000	152,940	136,450	89,610	200,800	011468
2	8	Обед	Гарниры	Картофельное пюре, кг	150,000	22,000	39,340	147,940	148,290	011412
2	8	Обед	Напитки	Напиток яблочно-ягодный, кг	200,000	1,760	0,370	124,710	101,400	
2	8	Обед	Покупные	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50,000	77,000	8,400	507,000	123,000	011335
2	8	Обед	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>8</b>	<b>3</b>	<b>Итого за: Обед</b>			<b>715,000</b>	<b>345,500</b>	<b>224,000</b>	<b>1 416,880</b>	<b>761,570</b>	
<b>8</b>		<b>Итого за день:</b>			<b>1 215,000</b>	<b>676,440</b>	<b>448,050</b>	<b>2 758,780</b>	<b>1 310,560</b>	
2	9	Завтрак	Блюда из круп	Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг	150,000	33,020	46,330	245,770	231,100	011356
2	9	Завтрак	Напитки	Какао с молоком, кг	200,000	14,760	8,940	91,440	101,560	011608
2	9	Завтрак	Покупные	Йогурт 125г, шт	125,000	5,000	1,880	17,880	71,250	011501
2	9	Завтрак	Покупные	Батон витаминизированный, кг	25,000	83,000	35,000	570,000	72,000	011418
2	9	Завтрак	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336

<b>9</b>	<b>1</b>	<b>Итого за: Завтрак</b>			<b>525,000</b>	<b>207,780</b>	<b>105,150</b>	<b>1 384,090</b>	<b>532,410</b>	
2	9	Обед	Супы	Солянка домашняя со сметаной, кг	200,000	23,080	26,380	63,100	113,170	011387
2	9	Обед	Блюда из птицы	Ромштекс куриный, кг	90,000	210,690	98,120	149,590	209,430	011522
2	9	Обед	Гарниры	Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	150,000	36,590	54,070	227,780	221,330	011539
2	9	Обед	Напитки	Напиток фруктовый с ягодами, кг	200,000	1,380	0,450	113,730	92,220	
2	9	Обед	Покупные	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50,000	77,000	8,400	507,000	123,000	011335
2	9	Обед	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>9</b>	<b>3</b>	<b>Итого за: Обед</b>			<b>715,000</b>	<b>420,740</b>	<b>200,420</b>	<b>1 520,200</b>	<b>815,650</b>	
<b>9</b>		<b>Итого за день:</b>			<b>1 240,000</b>	<b>628,520</b>	<b>305,570</b>	<b>2 904,290</b>	<b>1 348,060</b>	
2	10	Завтрак	Блюда из яиц	Омлет с сыром, кг	150,000	101,040	108,280	24,590	225,330	011359
2	10	Завтрак	Напитки	Чай с молоком, кг	200,000	9,250	5,210	87,350	86,520	011344
2	10	Завтрак	Фрукты	Фрукт, кг	100,000	2,600	1,700	138,100	52,000	011337
2	10	Завтрак	Покупные	Батон витаминизированный, кг	25,000	83,000	35,000	570,000	72,000	011418
2	10	Завтрак	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>10</b>	<b>1</b>	<b>Итого за: Завтрак</b>			<b>500,000</b>	<b>267,890</b>	<b>163,190</b>	<b>1 279,040</b>	<b>492,350</b>	
2	10	Обед	Супы	Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	200,000	18,750	56,930	92,490	188,380	011513
2	10	Обед	Блюда из мяса	Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	240,000	69,080	48,650	104,520	269,440	011392

2	10	Обед	Напитки	Напиток из смеси сухофруктов, кг	200,000	1,320	0,580	193,530	149,200	011715
2	10	Обед	Покупные	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50,000	77,000	8,400	507,000	123,000	011335
2	10	Обед	Покупные	Хлеб ржаной, кг	25,000	72,000	13,000	459,000	56,500	011336
<b>10</b>	<b>3</b>	<b>Итого за: Обед</b>			<b>715,000</b>	<b>238,150</b>	<b>127,560</b>	<b>1 356,540</b>	<b>786,520</b>	
<b>10</b>		<b>Итого за день:</b>			<b>1 215,000</b>	<b>506,040</b>	<b>290,750</b>	<b>2 635,580</b>	<b>1 278,870</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>					<b>1 237,000</b>	<b>567,497</b>	<b>295,486</b>	<b>2 681,726</b>	<b>1 323,918</b>	