

Школа МОУ ООШ с. Павловка

Типовое меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория 7-11 лет

24	12	2024
----	----	------

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена	
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Вареники с картофелем	120	5,8	8,7	32,1	229,7	394-У	26,85	
			соус	Соус сметанный	30	0,8	2,4	2,3	33,9	330	5,55	
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	54-23гн	13,7	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	2,5	
			фрукты	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3	Пром	14,4	
			<i>итого</i>				500	13,3	14,7	72,2	473,2	
1	2	Обед	закуска	Нарезка овощная "Ассорти"* или салат из консервир капусты	60	0,74	0,08	2,2	12,5	17,00	3,7	
			1 блюдо	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	5,1	4,5	10,8	103,9	82-У	22,75	
			2 блюдо	Котлета куриная*	90	17,1	23,1	22,6	366,8	295-У	29,75	
			гарнир	Рис отварной	150	3,5	4,3	35,8	195,8	304-У	9,9	
			напиток	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	20,1	82,4	15,00	3,6	
			хлеб бел.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8	Пром.	2,9	
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>				750	29,94	32,68	111,3	859,2	
1	2	Итого за день:			1250	43,24	47,38	183,5	1332,4		135,6	