

Школа МОУ ООШ с.Павловка

Типовое меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория 7-11 лет

25	12	2024
день	месяц	год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена	
1	3	Завтрак	закуска	Салат из моркови с яблоками*/ салат –коктейль фруктовый	100	0,57	1,6	12,4	53,4	60	17	
			соус	Соус сладкий сметанный	50	1,6	4,4	6,9	73,6	330	5,6	
			гор.блюдо	Сырники творожные	150	29,7	13,4	22,6	329,9	219-У	43,4	
			гор.напиток	Чай черный с лимоном	200	0,4	0,1	5,2	23,7	375,01	3,2	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром.	4,2	
			<i>итого</i>				550	36,07	19,9	71,7	597,8	
1	3	Обед	закуска	Салат из свеклы с сыром	60	4,3	7,5	4,6	102,6	50,08	7,5	
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем	200	4,4	5,3	6,8	92,6	87-У	27,5	
			2 блюдо	Фрикадельки "Школьные" в соусе	90	8,5	11	13,1	185,3	280-У	41,5	
			гарнир	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	54-1г	7,6	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,4	0	25,1	102	639	3,60	
			хлеб бел.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8	Пром.	2,9	
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>				750	26,2	29,3	102,2	777,1	
1	3	Итого за день:			1300	62,27	49,2	173,9	1374,9		164	