

ГБОУ ООШ с. Верхнее Санчелеево

Утвердил: должность _____

директор ООО " Детское питание"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

Т.Е. Трапезникова

Возрастная категория

7-11 лет

дата

1

9

2026

ден

месяц

god

[illegible]

			итого		755	24,746	26,466	114,82	763,7			114,91
1	2	Итого за день:			1265	41,129	42,452	190,94	1308,61			196,97
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша геркулесовая молочная, жидкая с маслом, сахаром	220	10	14	36	230	423		43,52
			гор.блюдо	Сырники с повидлом	60	7	5,24	17,46	209	ПР		25,7
			гор.напиток	Чай без сахара	200	0	0	1	2	628		4,7
			хлеб	Батон пшеничный	20	2	0	13	59	ПР		8,14
			фрукты									
			итого		500	18,6	19,09	67,06	500,4			82,06
1	3	Обед	закуска	Салат из б/к капусты	60	1	3	6	54	62		19,82
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2	2	26	137	139		21,45
			2 блюдо	Азу с говядиной	230	18,47	20	30	380	402		60,39
			гарнир									
			напиток	Напиток чайный каркаде	200	2	1	23	98	630		5,25
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	20	2	0	10	45	ПР		4
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	1	0	6	38	ПР		4
			итого		730	26,264	26,521	101,32	751,764			114,91
1	3	Итого за день:			1230	44,864	45,611	168,38	1252,16			196,97
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Голубцы ленивые из мяса кур с соусом	90	9	10	12	175	423		37,73
			гор.блюдо	Картофельное пюре, морковь свежая (порционно)	180	4	6	26	187	472, таб.		30,42
			гор.напиток	Компот из сухофруктов	200	1	0	32	126	283		5,91
			хлеб	Хлеб пшеничный/ржаной	40	3	0	16	83	ПР		8
			фрукты									
			итого		510	16,862	16,37	86,495	571,47			82,06
1	4	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	1	5	6	93	24		15,21
			1 блюдо	Борщ Сибирский со сметаной	210	8	6	19	157	102		20,8
			2 блюдо	Изделие кулинарное мясное с соусом	90	8	9,8	24	240	393		40
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150	4	4,09	36,6	145	205		25,4
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	15	57	628		5,5
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	20	2	0	10	45	ПР		4
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	1	0	6	38	ПР		4
			итого		750	24,198	25,363	116,77	775,607			114,91

1	4	Итого за день:			1260	41,06	41,733	203,26	1347,08		196,97
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с вермишелью, сливочным маслом, десерт фруктовый	260	11,62	16,2	22	303	53,24	58,6
			гор.напиток	Чай с шиповником	200	0,2	0,05	18,01	75	269	7,18
			хлеб	Батон пшеничный	40	4	1	33	118	ПР	16,28
			фрукты								
			итого		500	15,62	16,75	72,51	496		82,06
1	5	Обед	закуска	Салат картофельный с огурцами солеными и квашеной капустой	60	1	5	9	34	37	23,8
			1 блюдо	Суп картофельный с горохом	200	6	5	18	145	38	17,08
			2 блюдо	Котлеты из мяса кур с соусом	90	11	9	12	133	428	40
			гарнир	Рис припущенный с овощами	150	4,2	5	12	239	394	20,13
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0	0	34	138	702	5,9
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	20	2	0	10	45	ПР	4
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	1	0	6	38	ПР	4
			итого		740	25,051	24,888	100,51	772,126		114,91
1	5	Итого за день:			1240	40,671	41,638	173,02	1268,13		196,97
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Бифштекс из мяса кур с овощами	90	8	7	19	133	178	33
				Рис припущенный, овощи соленые (помидоры порционно)	190	4	8	28	245	270,24.01.	35,56
			гор.блюдо								
			гор.напиток	Напиток чайный каркаде	200	2	1	23	98	630	5,5
			хлеб	Хлеб пшеничный/ржаной	40	3	0	16	83	ПР	8
			фрукты								
			итого		520	17,04	16,52	85,976	559,2		82,06
2	1	Обед	закуска	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	60	0	0	10	19	24	13
			1 блюдо	Суп крестьянский с крупой	210	9	11	36	216	132	27,73
			2 блюдо	Гречка по-купечески (филе куриное)	240	15	13	25	348	193	59,88
			гарнир								
			напиток	Чай с лимоном	205	0	0	14	54	629	6,3
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	20	2	0	10	45	ПР	4
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	1	0	6	38	ПР	4
			итого		755	27,005	24,426	100,83	719,91		114,91
2	1	Итого за день:			1275	44,045	40,946	186,8	1279,11		196,97

2	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная жидкая пшенная с маслом	230	5,29	6,68	13,32	123,5	423	41,8
			гор.блюдо	Бутерброд горячий с сыром	40	7,29	10	20,32	287	24	22,03
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0,051	15,01	57,267	628	6,02
			хлеб	Батон пшеничный	30	3	0	21	99	ПР	12,21
			фрукты								
			итого		500	15,94	17,131	69,41	566,367		82,06
2	2	Обед	закуска	Салат "Степной"	60	2,16	6,1	4,7	82,2	25	28,65
			1 блюдо	Суп картофельный с рисом, томатом	200	5	5	28	156	174	18
			2 блюдо	Спагетти с соусом Болоньезе	200	14,6	12	39	347	205	54,76
			гарнир								
			напиток	Чай с яблоком	200	0	0	14	54	629	5,5
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	20	2	0	10	45	ПР	4
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	1	0	6	38	ПР	4
			итого		700	24,625	23,926	101,56	722,11		114,91
2	2	Итого за день:			1200	40,565	41,057	170,97	1288,48		196,97
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Гречка по-купечески с мясом (филе куриное), овощи свежие (огурцы порц.)	260	13,1	15,4	25,52	353,6	193,31	66,88
			гор.напиток	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,4	33,6	137,8	702	7,18
			хлеб	Хлеб пшеничный/ржаной	40	3	0	16	83	ПР	8
			фрукты								
			итого		500	16,24	16,04	75,476	574,6		82,06
2	3	Обед	закуска	Салат из свеклы с чесноком	60	3	7	23	109,3	23	12,11
			1 блюдо	Рассольник ленинградский (крупа перловая) со сметаной	210	6	6	16	188	110	28,45
			2 блюдо	Котлеты из мяса кур с соусом	90	11	9	12	133	423	30,02
			гарнир	Картофельное пюре/Картофель в молоке	150	3	4	26	164	472	30,42
			напиток	Чай фруктовый	200	1	0	10	48	629	5,91
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	20	2	0	10	45	ПР	4
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	1	0	6	38	ПР	4
			итого		750	26,162	26,81	104,05	725,266		114,91
2	3	Итого за день:			1250	42,402	42,85	179,53	1299,87		196,97
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная рисовая с маслом	250	13	10,8	24	227	114	45,8
			сладкое	Кондитерское изделие (печенье в инд.упаковке)	50	1,6	7,1	23,1	200	ПР	18,55
			гор.напиток	Чай с шиповником	200	0	0	15	57	629	5,5

			хлеб	Батон пшеничный	30	3	0	21	99	ПР	12,21
			фрукты								
			итого		530	17,96	18,351	82,87	582,867		82,06
2	4	Обед	закуска	Салат " Школьные годы"	60	1	6	3	69	36	29,82
			1 блюдо	Свекольник со сметаной	210	5	3	13	162	58	20,68
			2 блюдо	Плов из птицы (филе куриное)	210	16	16	37	360	893	50,51
			гарнир								
			напиток	Компот из сухофруктов	200	1	0	32	126	283	5,9
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	20	2	0	10	45	ПР	4
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	1	0	6	38	ПР	4
			итого		720	25,4	25,45	101,14	800,304		114,91
2	4	Итого за день:			1250	43,36	43,801	184,01	1383,17		196,97
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Спагетти с соусом Болоньезе	200	14,66	15	39	347	205	54,76
			гор.напиток	Чай фруктовый	200	1	0	10	68	629	6,3
			хлеб	Хлеб пшеничный/ржаной	40	3	0	16	83	ПР	8
			фрукты	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	12,8	38	24	13
			итого		540	18,7	16,04	78,556	535,8		82,06
2	5	Обед	закуска	Винегрет овощной (с квашенной капустой)	60	1	5	5	80	60	25,2
			1 блюдо	Суп с клецками со сметаной	210	6	7	11	170	107	18,13
			2 блюдо	Бифштекс из мяса кур с соусом	90	8	7	19	133	178	38,34
			гарнир	Пюре из гороха	150	6	4,9	40	260	270	17
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	15	57	628	8,24
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	20	2	0	10	45	ПР	4
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	1	0	6	38	ПР	4
			итого		750	23,989	24,331	107,26	783,267		114,91
2	5	Итого за день:			1290	42,689	40,371	185,81	1319,07		196,97
		Среднее значение за период:			1251	42,3727	42,199	182,97	1301,15		196,97