

Школа

МБОУ СОШ № 2 с.Каликино

Согласовал: должность

Директор школы

Меню приготавливаемых блюд

Прилепина О.Я.

Возрастная категория

7-11 лет

дата

2

9

2024

день

месяц

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Обед	закуска	Салат овощной	60	0,46	3,65	6,43	56	13	13,12
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми на к/б	200	4,39	4,22	13,06	108	206	6,57
			2 блюдо	Плов из птицы	240	20,30	17,00	35,69	357	304	51,08
			напиток	Компот из с/ф	200	0,04	0,00	24,76	137	868	3,96
			хлеб	Хлеб	60	3,34	0,68	29,40	94		2,87
			фрукты	яблоко	100	0,60	0,60	14,64	66		2,4
			итого		860	29,13	26,15	123,98	818		80
1	1	Итого за день:			860	29,13	26,15	123,98	818		80
1	2	Обед	закуска	Салат из свеклы	60	1	4	5	55	33	2,35
			1 блюдо	Суп картофельный с рыбой	200	15	6	20	175	204	9,85
			2 блюдо	рагу из овощей/птица отварная	120	19	22	14	298	321/637	51,01
			хлеб	Хлеб	55	3	1	29	134		4,1
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0	0	25	94	868	2,87
			фрукты	Яблоко	100	1	1	15	66	338	9,82
			итого		735	39	34	108	822		80
1	2	Итого за день:			735	39	34	108	822		80
1	3	Обед	закуска	огурец свежий	60	1	4	5	66		10,5
			1 блюдо	суп свекольный на к/б со сметаной	200	8	2	10	85	44	7,04
			2 блюдо	картофельное пюре	120	10	5	20	180	694	7,57
			гарнир	рыба припущенная с овощами	150	6	1	3	42	244	29,02
			хлеб	хлеб ржаной	50	3	1	29	150		3,77
			напиток	кисель	200	0	0	25	110	868	2,98
			фрукты	апельсин	100	1	1	15	80		19,12
			итого		880	29	14	107	713		80
1	3	Итого за день:			880	29	14	107	713		80
1	4	Обед	закуска	помидор свежий	70	1	4	5	66		7,85

			1 блюдо	суп картофельный с макарон издел	200	8	2	14	105	208	6,77
			2 блюдо	жаркое по домашнему	200	28	7	22	280	436	58,82
			хлеб	хлеб ржаной	50	3	1	29	150		3,77
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	25	110	868	2,79
			итого		720	40	14	95	711		80
1	4	Итого за день:			720	40	14	95	711		80
1	5	Обед	закуска	салат из св кап	60	1	4	5	54		3,25
			1 блюдо	щи из свежей капусты с картофелем	200	13	6	7	128	187	7,34
			2 блюдо	макароны запеч с отвар кур мясом	200	19	10	16	240	208/637	37,67
			хлеб	хлеб ржаной	50	3	1	29	137		3,77
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	25	94	868	2,7
			фрукты	апельсин	100	1	1	15	66		25,27
			итого		810	37	22	97	719		80
1	5	Итого за день:			810	37	22	97	719		80
2	1	Обед	закуска	салат из св помид	70	1	4	5	66		10,83
			1 блюдо	рассольник петербургский	200	17	6	17	180	197	8,58
			2 блюдо	голубцы ленивые с отвар мясом	200	20	7	15	200	94	54,78
			хлеб	хлеб ржаной	50	3	1	29	150		3,02
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	25	110	868	2,79
			итого		720	41	18	91	706		80
2	1	Итого за день:			720	41	18	91	706		80
2	2	Обед	закуска	салат из свеж кап	60	1	4	5	66		3,25
			1 блюдо	суп картоф с мяс фрикадельками	200	6	5	14	119	209	21,4
			2 блюдо	картофельное пюре	120	13	5	14	165	694	9,1
			гарнир	котлета рубленая из птицы	150	2	6	9	105	294	39,69
			хлеб	хлеб ржаной	50	3	1	29	150		3,77
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	25	110	868	2,79
			итого		780	25	21	96	715		80
2	2	Итого за день:			780	25	21	96	715		80

2	3	Обед	закуска	огурец свежий	60	1	4	5	56		10,83
			1 блюдо	борщ с капустой и картофелем	200	12	4	10	112	170	9,37
			2 блюдо	каша гречневая	120	7	6	36	230	679	4,85
			гарнир	гуляш	150	15	7	5	150	591	48,05
			хлеб	хлеб ржаной	50	3	1	29	137		4,11
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	25	94	868	2,79
			итого		780	38	22	110	779		80
2	3	Итого за день:			780	38	22	110	779		80
2	4	Обед	закуска	огурец свежий	60	1	4	5	54		11,97
			1 блюдо	суп картоф с крупой с рыбой	200	16	4	14	150	204	25,45
			2 блюдо	плов из птицы	200	20	17	36	377	304	36,02
			хлеб	хлеб ржаной	50	3	1	29	137		3,77
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	25	94	868	2,79
			итого		710	40	26	109	812		80
2	4	Итого за день:			710	40	26	109	812		80
2	5	Обед	закуска	салат из свежих помидоров	60	1	4	5	66		2,35
			1 блюдо	суп картоф с макарон издел	200	8	2	14	105	208	6,8
			2 блюдо	картофель отварной	120	3	4	23	126	692	8,58
			гарнир	рыба припущенная с овощами	180	8	3	3	74	244	28,27
			хлеб	хлеб ржаной	50	3	1	29	150		3,77
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	25	110	868	2,86
			фрукты	апельсин	100	1	1	15	80		27,37
			итого		910	24	15	114	711		80
2	5	Итого за день:			910	24	15	114	711		80
		Среднее значение за период:			790,5	34,213	21,215	105,1	750,6		80,055

