

Школа

МКОУ Кировская СОШ

Утвердил

Должность

Директор школы

Степанова С.В.

фамилия

09

04

2025

день

месяц

год

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

7-11 лет

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углевод	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	3	Завтрак		гор.блюдо							
				гор.напиток							
				хлеб							
				фрукты							
				итого	0	0	0	0	0	0	
		Обед		закуска	89.5	5.56	8.98	0.4	147.715	42	25.82
				1 блюдо	250	72.5	6.5	12.25	112.5	88	9.91
				2 блюдо	100	15.55	11.55	15.7	228.75	279	38.61
				гарнир	200	4.12	6.4	27.4	184.8	312	17.25
				напиток	200	1	0	28	110	278	3.83
		хлеб бел.	30	2.28	0.27	15.57	71	878	1.07		
		хлеб черн.									
		салат	100	1.11	4.99	8.35	82.24	652	4.58		
		итого	969.5	102.12	38.69	107.67	789.29		101.07		
		Итого за день:	969.5	102.12	38.69	107.67	789.29		101.07		

Школа

МКОУ Кировская СОШ

Ежедневное примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

12-18 лет

Утвердил: должность

фамилия

дата

Директор школы

Степанова С.В.

2025

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод-ы	Калорийн-ость	№ рецептуры	Цена
2	3	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
2	3	Обед	итого		0	0	0	0	0		0
			закуска		100	1.11	4.99	8.35	82.24	652	4.58
			1 блюдо		250	72.5	6.5	12.25	112.5	88	9.91
			2 блюдо		100	15.55	11.55	15.7	228.75	279	38.91
			гарнир		200	4.12	6.4	27.4	184.8	312	17.25
			напиток		200	1	0	28	110	278	3.83
			хлеб бел.		30	2.28	0.27	15.57	71	878	1.07
			хлеб черн.								
			итого		880	96.56	29.71	107.27	789.29		75.55
2	3	Итого за день:			880	96.56	29.71	107.27	789.29		75.55

Школа МКОУ Кировская СОШ

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

Утвердил: Должность

фамилия

дата

Директор школы

Степанова С.В.

09.04.2025

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	3	Завтрак	гор.блюдо	каша гречневая рассыпчатая	200	10.19	10	54.57	284.67	165	7.06
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0.4	0.1	15.06	60.66	291	1.73
			хлеб								
			фрукты	фрукты	100	0.4	0	12.6	52		15
2	3	Обед	итого		500	10.99	10.1	82.23	397.33		23.79
			закуска	бутерброд с сыром	89.5	5.56	8.98	0.4	147.715	42	25.82
			1 блюдо	щи из свежей капусты с картофелем	250	72.5	6.5	12.25	112.5	88	9.91
			2 блюдо	тефтели	100	15.55	11.55	15.7	228.75	279	38.91
			гарнир	картофельное пюре	200	4.12	6.4	27.4	184.8	312	17.25
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	1	0	28	110	278	3.83
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	15.57	71	878	1.07
			хлеб черн.								
			салат	салат из белокочанной капусты	100	1.11	4.99	8.35	82.24	652	4.58
			итого		969.5	102.12	38.69	107.67	789.29		101.37
2	3	Итого за день:			1469.5	113.11	48.79	189.9	1186.62		125.16

МКОУ Кировская СОШ

Должность
Директор школы

фамилия Степанова С.В.

дата	09.08	2025
------	-------	------

1

Блюда

100

1

1000

7

10

100

1

объеде

—

1000

3

1

1

191

100

1000

10

10