

МКОУ Кировская СОШ

Школа

# ИПОВЕЕ ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: должность

фамилия

дата

Директор школы

Степанова С.В.

2025

год

месяц

день

| День недели | Прием пищи | Раздел меню    | Блюда       | Вес блюда | Белки | Жиры  | Углевод | Калорийность | № рецептуры | Цена  |
|-------------|------------|----------------|-------------|-----------|-------|-------|---------|--------------|-------------|-------|
| 1           | 4          | Завтрак        | гор.блюдо   |           |       |       |         |              |             |       |
|             |            |                | гор.напиток |           |       |       |         |              |             |       |
|             |            |                | хлеб        |           |       |       |         |              |             |       |
|             |            |                | фрукты      |           |       |       |         |              |             |       |
|             |            |                |             |           |       |       |         |              |             |       |
|             |            |                | итого       | 0         | 0     | 0     | 0       | 0            |             | 0     |
|             |            |                | закуска     | 100       | 0.7   | 0.1   | 0.19    | 12           |             | 31.63 |
| 1           | 4          | Обед           | 1 блюдо     | 250       | 2.69  | 2.84  | 17.14   | 104.75       | 16          | 7.76  |
|             |            |                | 2 блюдо     | 150       | 14.1  | 3.6   | 0.4     | 91           | 26          | 33.82 |
|             |            |                | гарнир      | 200       | 10.19 | 10    | 54.57   | 284.67       | 165         | 7.06  |
|             |            |                | напиток     | 200       | 1.6   | 1.65  | 17.16   | 85.85        | 377         | 4.46  |
|             |            |                | хлеб бел.   | 30        | 2.28  | 0.27  | 15.57   | 71           | 878         | 1.07  |
|             |            |                | хлеб черн.  |           |       |       |         |              |             |       |
|             |            |                | фрукты      | 100       | 0.4   | 0     | 12.6    | 52           |             | 15    |
|             |            |                | итого       | 1030      | 31.96 | 18.46 | 117.63  | 705          |             | 100.8 |
| 1           | 4          | Итого за день: |             | 1030      | 31.96 | 18.46 | 117.63  | 705          |             | 100.8 |



Школа

Школы Кировская СОШ

## Примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

12-18 лет

Утвердил: должность

фамилия

дата

Директор школы

Степанова С.В.

2025

день

месяц

год

| Неделя | День недели | Прием пищи     | Раздел меню | Блюда                              | Бес. блюда, г | Белки | Жиры  | Углевод.ы | Калорийность | № рецептуры | Цена  |
|--------|-------------|----------------|-------------|------------------------------------|---------------|-------|-------|-----------|--------------|-------------|-------|
| 1      | 4           | Завтрак        | гор.блюдо   |                                    |               |       |       |           |              |             |       |
|        |             |                | гор.напиток |                                    |               |       |       |           |              |             |       |
|        |             |                | хлеб        |                                    |               |       |       |           |              |             |       |
|        |             |                | фрукты      |                                    |               |       |       |           |              |             |       |
|        |             |                |             |                                    |               |       |       |           |              |             |       |
|        |             |                | итого       |                                    | 0             | 0     | 0     | 0         | 0            |             | 0     |
| 1      | 4           | Обед           | закуска     | овощи натуральные свежие (огурцы)  | 100           | 0.7   | 0.1   | 0.19      | 12           |             | 31.63 |
|        |             |                | 1 блюдо     | суп с макаронными изделиями на клб | 250           | 2.69  | 2.84  | 17.14     | 104.75       | 16          | 7.76  |
|        |             |                | 2 блюдо     | курица отварная                    | 150           | 14.1  | 3.6   | 0.4       | 91           | 26          | 33.82 |
|        |             |                | гарнир      | каша гречневая рассыпчатая         | 200           | 10.19 | 10    | 54.57     | 284.67       | 165         | 7.06  |
|        |             |                | напиток     | чай с сахаром и лимоном            | 200           | 1.6   | 1.65  | 17.16     | 85.85        | 377         | 4.46  |
|        |             |                | хлеб бел.   | хлеб пшеничный                     | 30            | 2.28  | 0.27  | 15.57     | 71           | 878         | 1.07  |
|        |             |                | хлеб черн.  |                                    |               |       |       |           |              |             |       |
|        |             |                | фрукты      |                                    |               |       |       |           |              |             |       |
|        |             |                | итого       |                                    | 930           | 31.56 | 18.46 | 105.03    | 705          |             | 85.8  |
| 1      | 4           | Итого за день: |             |                                    | 930           | 31.56 | 18.46 | 105.03    | 705          |             | 85.8  |







Школа

МКОУ Кировская СОШ

## Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

многочасовые

| Неделя | День недели | Прием пищи     | Раздел меню | Блюда                              |
|--------|-------------|----------------|-------------|------------------------------------|
| 1      | 4           | Завтрак        | гор.блюдо   |                                    |
|        |             |                | гор.напиток |                                    |
|        |             |                | хлеб        |                                    |
|        |             |                | фрукты      |                                    |
|        |             |                |             |                                    |
|        |             |                | итого       |                                    |
| 1      | 4           | Обед           | закуска     | овощи натуральные свежие (огурцы)  |
|        |             |                | 1 блюдо     | суп с макаронными изделиями на к/б |
|        |             |                | 2 блюдо     | курица отварная                    |
|        |             |                | гарнир      | каша гречневая рассыпчатая         |
|        |             |                | напиток     | чай с сахаром и лимоном            |
|        |             |                | хлеб бел.   | хлеб пшеничный                     |
|        |             |                | хлеб черн.  |                                    |
|        |             |                | фрукты      | фрукты                             |
|        |             |                | итого       |                                    |
| 1      | 4           | Итого за день: |             |                                    |

должность

Директор школы

фамилия

Степанова С.В.

дата

21.05.2025

день

месяц

год

| Вес блюда, | Белки | Жиры  | Углевод | Калорийн | №         | Цена  |
|------------|-------|-------|---------|----------|-----------|-------|
|            |       |       | ы       | ость     | рецептуры |       |
| 0          | 0     | 0     | 0       | 0        |           | 0     |
| 100        | 0.7   | 0.1   | 0.19    | 12       |           | 31.63 |
| 250        | 2.69  | 2.84  | 17.14   | 104.75   | 16        | 7.76  |
| 150        | 14.1  | 3.6   | 0.4     | 91       | 26        | 33.82 |
| 200        | 10.19 | 10    | 54.57   | 284.67   | 165       | 7.06  |
| 200        | 1.6   | 1.65  | 17.16   | 85.85    | 377       | 4.46  |
| 30         | 2.28  | 0.27  | 15.57   | 71       | 878       | 1.07  |
| 100        | 0.4   | 0     | 12.6    | 52       |           | 15    |
| 1030       | 31.96 | 18.46 | 117.63  | 705      |           | 100.8 |
| 1030       | 31.96 | 18.46 | 117.63  | 705      |           | 100.8 |