

Школа МКОУ Кировская СОШ

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: должность

фамилия

дата



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена		
1	1	Завтрак	гор.блюдо										
			гор.напиток										
			хлеб										
			фрукты										
			итого				50	5.56	8.98	0.4	0	42	25.52
			закуска			бутерброд с сыром	89.5	5.56	8.98	0.4	147.715	5(2)	9.7
			1 блюдо			свекольник со сметаной	250	3	6.5	21.25	160.69	акт	21.29
			2 блюдо			жаркое по-домашнему с мясом птицы	290	30.35	13.46	26.06	401		
			гарнир										
			напиток			компот из смеси сухофруктов	200	1	0	28	110	278	3.8
1	1	Обед	хлеб бел.										
			хлеб черн.										
			фрукты			фрукты	100	0.4	0	12.6	52	15	
			салат			салат из белокочанной капусты	100	1.11	4.99	8.35	82.24	652	3.69
			итого				970	38.14	25.22	111.83	876.93		80.07
1	1	Итого за период			1020	43.7	34.2	112.23	876.93		80.07		

Школа

мкоу Кировская сош

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

12-18 лет

Утвердил: должность

Директор школы

фамилия

Степанова С.В.

дата

2025

год

месяц

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо		50	5.56	8.98	0.4	0		0
			гор.напиток		89.5	5.56	8.98	0.4	147.715	42	25.52
			хлеб		250	3	6.5	21.25	160.69	5(2)	9.7
			фрукты		290	30.35	13.46	26.06	401	акт	21.29
			<i>итого</i>								
			закуска	бутерброд с сыром	200	1	0	28	110	278	3.8
			1 блюдо	свекольник со сметаной	30	2.28	0.27	15.57	71	878	1.07
			2 блюдо	жаркое по-домашнему с мясом птицы							
			гарнир								
			напиток	компот из смеси сухофруктов							
			хлеб бел.	хлеб пшеничный							
			хлеб черн.								
			фрукты								
			салат	салат из белокочанной капусты	100	1.11	4.99	8.35	82.24	652	3.69
			<i>итого</i>		870	37.74	25.22	99.23	824.93		65.07
1	1	Итого за день:			1020	43.7	34.2	112.23	876.93		65.07

Школа

МКОУ Кировская СОШ

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет овз

Утвердил: должность

Директор школы

фамилия

Степанова С.В.

дата

2025

год



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена	
1	1	Завтрак	закуска	бутерброд с сыром	89.5	5.56	8.98	0.4	147.15	42	25.52	
			гор.блюдо	каша из смеси круп	200	8.16	9.44	28.96	233.6	188	14.27	
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0.4	0.1	15.06	60.66	291	1.73	
			хлеб	хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	15.57	71	878	1.07	
			фрукты									
			<i>итого</i>		569.5	16.4	18.79	59.99	512.41	1399		
1	1	Обед	закуска	бутерброд с сыром	89.5	5.56	8.98	0.4	147.15	42	25.52	
			1 блюдо	свекольник со сметаной	250	3	6.5	21.25	160.69	5(2)	9.7	
			2 блюдо	жаркое по-домашнему с мясом птицы	290	30.35	13.46	26.06	401	акт	21.29	
			гарнир									
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	1	0	28	110	278	3.8	
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	15.57	71	878	1.07	
			фрукты		100	0.4	0	12.6	52	15		
			салат	салат из белокочанной капусты	100	1.11	4.99	8.35	82.24	652	3.69	
			<i>итого</i>		970	38.14	25.22	111.83	876.93		122.66	
1	1		Итого за день:		1539.5	54.54	44.01	171.82	1389.34		122.66	

Школа

МКОУ Кировская СОШ

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

многочетные

Должность

Директор школы

фамилия

Степанова С.В.

дата

31

день

3

месяц

2025

год



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		50	5.56	8.98	0.4	0		0
			закуска	бутерброд с сыром	89.5	5.56	8.98	0.4	147.715	42	25.52
			1 блюдо	свекольник со сметаной	250	3	6.5	21.25	160.69	5(2)	9.7
			2 блюдо	жаркое по-домашнему с мясом птицы	290	30.35	13.46	26.06	401	акт	21.29
			гарнир								
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	1	0	28	110	278	3.8
			хлеб-бел:	хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	15.57	71	878	1.07
			хлеб черн.								
			фрукты	фрукты	100	0.4	0	12.6	52		15
			салат	салат из белокочанной капусты	100	1.11	4.99	8.35	82.24	652	3.69
			итого		970	38.14	25.22	111.83	876.93		80.07
1	1	Итого за день:			1020	43.7	34.2	112.23	876.93		80.07