

Школа Утвердил: должность директор МАОУ "СОШ с.Сосновка"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

фамилия Михновец Л.Е.

дата

9	1	2025
день	месяц	год

пед	Деп	прием	Раздел меню	Блюда	Вес блюда,	Белки	Жиры	Углевод	калорийн	№	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	8.44	9.13	43.26	290.01	189	17.8
			гор.напиток	КАКАО С МОЛОКО	200	1.97	1.9	18.01	97.75	30	5.77
			хлеб	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	3.25	8.65	19.72	170	1	12.55
			фрукты	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	2	8.4
			<i>итого</i>				550	14.06	20.08	90.79	604.76
1	2	Завтрак	гор.блюдо	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	7.22	10.15	38.84	275.69	189	19.51
			гор.напиток	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.16	0.01	16.01	65.99	431	3.06
			хлеб	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	5.36	11.33	19.72	203.09	3	19.13
			фрукты	АПЕЛЬСИН	100	0.9	0.2	8.1	43	16	24.86
			<i>итого</i>				560	13.64	21.69	82.67	587.77
1	3	Завтрак	гор.блюдо	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	220	30.13	22.25	65.2	586.32	130	60.69
			гор.напиток	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0.13	0	15.81	64.45	41	2.71
			хлеб								
			фрукты	АПЕЛЬСИН	100	0.9	0.2	8.1	43	16	24.86
			<i>итого</i>				520	31.16	22.45	89.11	693.77
1	4	Завтрак	гор.блюдо	КАША "ДРУЖБА"	200	6.04	9.82	36.38	259.2	190	19.39
			гор.напиток	КАКАО С МОЛОКО	200	1.97	1.9	18.01	97.75	30	5.77
			хлеб	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	5.36	11.33	19.72	203.09	3	19.13
			фрукты	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	2	8.4
			<i>итого</i>				560	13.77	23.45	83.91	607.04
1	5	Завтрак	гор.блюдо	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	13.88	18.35	3.09	233.4	210	9.68

			гор.напиток	ЧАЙ С МОЛОКОМ И СЛИВКАМИ	200	1.5	1.55	17	88.36	378	5.44
			хлеб	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	5.36	11.33	19.72	203.09	3	19.13
			фрукты	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	2	8.4
			<i>итого</i>		560	21.14	31.63	49.61	571.85		42.65
2	1	Завтрак	гор.блюдо	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	7.22	10.15	42.72	291.17	189	19.81
			гор.напиток	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1.97	1.9	18.01	97.75	30	5.77
			хлеб	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	5.36	11.33	19.72	203.09	3	19.13
			фрукты	АПЕЛЬСИН	100	0.9	0.2	8.1	43	16	24.86
			<i>итого</i>		560	15.45	23.58	88.55	635.01		69.57
2	2	Завтрак	гор.блюдо	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	8.57	10.87	45.71	316.13	189	19.54
			гор.напиток	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0.13	0	15.81	64.45	41	5.44
			хлеб	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	3.25	8.65	19.72	170	1	12.55
			фрукты	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	2	8.4
			<i>итого</i>		550	12.35	19.92	91.04	597.58		45.93
2	3	Завтрак	гор.блюдо	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	8.44	9.13	44.03	293.11	189	17.86
			гор.напиток	ЧАЙ С МОЛОКОМ И СЛИВКАМИ	200	1.5	1.55	17	88.33	378	5.44
			хлеб	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	5.36	11.33	19.72	203.09	3	19.13
			фрукты	АПЕЛЬСИН	100	0.9	0.2	8.1	43	16	24.86
			<i>итого</i>		560	16.2	22.21	88.85	627.53		67.29
2	4	Завтрак	гор.блюдо	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	22.99	19.26	33.29	402.88	223	50.35
			гор.напиток	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.94	4.07	21.2	138.9	30	5.77
			хлеб	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	5.36	11.33	19.72	203.09	3	19.13
			фрукты	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	2	8.4
			<i>итого</i>		560	32.69	35.06	84.01	791.87		83.65
2	5	Завтрак	гор.блюдо	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6.06	8.92	41.53	271.75	189	20.03
			гор.напиток	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1	0	7.75	31.39	40	3.06

			хлеб	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	5.36	11.33	19.72	203.09	3	19.13
			Фрукты	АПЕЛЬСИН	100	0.9	0.2	8.1	43	16	24.86
			<i>итого</i>		560	12.42	20.45	77.1	549.23		67.08