Школа			201100 1401			Утвердил: должность						
Возрастная категория			-	ю приготавливаемых блюд 7-11 лет	фамилия дата		Т.В.Загрубина 24 9 2024					
Неде ля	День недел	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	<i>день</i> Жиры	<i>месяц</i> Углевод	год Калорийн ость	№ рецептуры	Цена	
1	и 1	Завтрак			'			ы	ОСТБ	рецептуры		
							_					
1	1	Обед	<i>итого</i> закуска	Салат"Икра кабачковая"	100	0	7	7	95	пром.	0 15.5	
•	'		,	Суп гороховый	250	6	5	16	133	54-8c	10	
			2 блюдо	Тефтели	100	9	13	6	177	пром.	36	
			гарнир	Макароны отварные с маслом	205	8	8	45	284	688	10	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200 100	1 10	0 2	11 32	48 186	943	5.5	
		ŀ	хлеб хлеб черн.	Хлеб пшеничный	100	10		32	0	пром	5.5	
		•		Подлив	100	2	4	6	68	462	10	
		ŀ	1-									
			итого		1055	37	39	123	991		89	
1	1		за день:		1055	37	39	123	991		89	
1	2	Завтрак										
		ŀ	итого		0	0	0	0	0		0	
1	2	Обед		Салат "Винегрет"	100	2	3	8	67	71	24.5	
	-		•	Борщ со сметаной	260	3	6	12	114	54-2c	18	
		ŀ		Плов с курицей	250	35	21	44	505	54-12м-20	38	
			гарнир						0			
				Кисель фруктовый	200	0	0	20	80	648	8	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	10	2	32	186	пром	5.5	
		ŀ	хлеб черн.									
		ŀ										
			итого		910	50	32	116	952		94	
1	2	Итого	за день:		910	50	32	116	952		94	
1	3	Завтрак										
					0	0	0		0		0	
1	3	Обед	osomu	Огурцы в маринаде	100	0	7	7	0 95	пром.	0 15.5	
'	3	l.	•	Суп с рыбной консервой	250	9	8	14	164	87c	17	
		ŀ		Рагу из курицы	200	21	17	16	301	54-22м-20	34	
		İ	гор.напиток	Чай с сахаром	200	1	0	11	48	943	2	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	10	2	32	186	пром	5.5	
			хлеб черн.		0.50	40	0.4		70.4			
4	•	14	итого		850 850	42 42	34 34	80 80	794 794		74 74	
1	3 4		з а день: гор.блюдо		650	42	34	80	794		74	
'	7	Sabipak	. эр.элюдо									
			итого		0	0	0	0	0		0	
1	4			Свекла отварная	100	2	1	8	49	17	11.5	
				Суп с макаронными издельями	250	3	3	17	107	54-7c	15	
			2 блюдо	Котлета	100	7	18	8	222	пром 670	26	
		ŀ	гарнир напиток	Каша гречневая рассыпчатая с маслом Компот из сухофруктов	205 200	10 1	7	48 25	295 104	679 868	15 9	
		ŀ	хлеб	Хлеб пшеничный	100	10	2	32	186	пром	5.5	
		ŀ	хлеб черн.				_		0	.p - m		
				Подлив	100	2	4	6	68	462	10	
			итого		1055	35	35	144	1031		92	
1	4		за день:		1055	35	35	144	1031		92	
1	5	Завтрак	гор.блюдо									
		ŀ	итого		0	0	0	0	0		0	
1	5	Обед		Кукуруза консерв.	100	3	1	15	81	пром	14.5	
			1 блюдо	Рассольник со сметаной	260	2	5	17	121	197	17	
				Капуста тушенная с мясом Ц.Б.	150	17	18	30	350	54-10м	34	
				Картофельное пюре	150	4	8	27	196	54-11г	18	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	10	0	11	48	943	2	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	10	2	32	186	пром	5.5	

			хлеб черн.						
			итого	960	37	34	132	982	91
1	5	Итого за день:		960	37	34	132	982	91

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
2	6	Завтрак									
		•	итого		0	0	0	0	0		0
2	6	Обед		Салат"Икра свекольная"	100	1	3	11	75	пром	13.5
1 -	Ŭ		. ,	Суп с рисом	250	3	2	14	86	138	10
				Сосиска отварная"Сливочная"	100	7	18	8	222	пром	29
		•	гарнир	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	205	10	7	48	295	679	15
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	1	0	11	48	943	2
		-		Хлеб пшеничный	100	10	2	32	186	пром	5.5
			хлеб черн.						0		
		-	coyc	Подлив	100	2	4	6	68	462	10
		•			1055	34	36	130	980		85
2	6	Итого	итого за день:		1055	34	36	130	980		85
2	_	Завтрак	за день.		1000	0.		.00	000		00
_	.	Subipun									
		•	итого		0	0	0	0	0		0
2	7	Обед		Салат "Овощной"	100	2	6	10	102	43	13.5
		F	1 блюдо	Рассольник со сметаной	260	2	5	17	121	197	17
				Окорочок Ц.Б. жаренный	150	20	17	6	257	301	33
				Макароны отварные с маслом	205	8	8	45	284	688	10
		-		Какао	200	5	4	18	128	648	8
		L		Хлеб пшеничный	100	10	2	32	186 0	пром	5.5
			хлеб черн.	Подлив	100	2	4	6	68	462	10
			coyc	подиль	100		7	-	00	702	10
		•	итого		1115	49	46	134	1146		97
2	7	Итого	за день:		1115	49	46	134	1146		97
2	8	Завтрак									
			итого		0	0	0	0	0		0
2	8			Огурец свежий	100	1	1	3	25	70	10.5
		L		Суп с пшеном	250	3	3	16	103	304-3	13
			2 блюдо	Тефтели Каша гороховая с маслом	100 205	9 19	13	6 50	177 294	пром 54-21г	36 11
		-	гарнир гор.напиток	чай с сахаром	200	19	0	11	48	943	2
				Хлеб пшеничный	100	10	2	32	186	пром	5.5
			хлеб черн.						0	1	
				Подлив	100	2	4	6	68	462	10
			итого		1055	45	25	124	901		88
2	8		за день:		1055	45	25	124	901		88
2	9	Завтрак									
		•	итого		0	0	0	0	0		0
2	9	Обед		Салат "Морковный"	100	2	1	6	41	16	10.5
_	J	F	, , , ,	Борщ со сметаной	260	3	6	12	114	54-2c	18
		F		Рыба Минтай (Котлета рыбная)	150	25	10	7	218	230	27
			гарнир	Рис отварной с маслом	205	5	6	51	278	297	14
		L		Компот из сухофруктов	200	1	0	25	104	868	9
		-		Хлеб пшеничный	100	10	2	32	186	пром	5.5
			хлеб черн.	Поляць	400	0	4	6	0	460	40
			coyc	Подлив	100	2	4	6	68	462	10
			итого		1115	48	29	139	1009		94
2	9	Итого	за день:		1115	48	29	139	1009		94
2		Завтрак	••								
		·									
			итого		0	0	0	0	0		0
2	10			Помидор свежий	100	2	1	4	33	71	10.5
				Суп гороховый	250	6	5	16	133	54-8c	10
				Гуляш куринный	150	19	17	4	245	591	38
				Картофельное пюре с маслом	205	4	8	27	196	54-11г	30
		-		Чай с сахаром Хлеб пшеничный	200 100	10	0	11 32	48 186	943	5.5
		-	хлеб хлеб черн.	уото птециации	100	10		32	100	пром	3.5
			ллео черн.								
		•									
			итого		1005	42	33	94	841		96
			I						•		

2	10	Итого за день:		1005	42	33	94	841	96
			Среднее значение за период:	10175	419	343	1216	9627	900