

МКОУ¹ Цугнинская СОШ им. Гаджимурадова М.М."

МКОУ "Цугнинская СОШ им. Гаджимурадова М.М."

твердил: должен

Директор школы

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

должно

фамили

дата

Директор школы

Сутейманов Р.Ш.

9

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептур	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	гречка с мясн.подлив.	200	11,00	376	67	4	114	41.64
			гор.напиток	чай сладкий	200	1,00	3	0	0	0	11.00
			хлеб	хлеб белый с маслом	110	7,00	542	8	8	50	12.00
				вафли	150	0.5		1, 5	0, 2	21, 8	11.00
1	1	Обед									
			итого		660	20,00	920,8	75,61	12,3		75.64
			закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
1	1	Обед	хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0	0	0
			Итого за день:		660	20	920,8	75,61	12,3		
			гор.блюдо	макароны с подлив.из мяса	280	540,00	540	26	4, 7	13, 7	37,64
			гор.напиток	чай сладкий	150	1,00				2, 8	11.00
			хлеб	хлеб белый с маслом	110	7,00	542	8	8	50	12.00
			фрукты	салат из свеж. кап., марк. зел.гороха	29	15,00		1, 5	0, 2	21, 8	15.00

1	2	Обед	итого	569	573,00	1082	34,21	8,3		75.64
		закуска								
		1 блюдо								
		2 блюдо								
		гарнир								
		напиток								
		хлеб бел.								
		хлеб черн.								
		итого		0	0	0	0	0		0
1	2	Итого за день:		569	573	1082	34,21	8,3		
1	3	Завтрак	Суп из макаронны, из курин.мяса	280	35.01	376	22	6	47	25.30
		гор.блюдо	фрукт йогурт		34,00					37.34
		хлеб	белый	110	12,00	542	8	8	50	5.00
			печенье	200	15,00	82	0	0	20	8.00
		итого		590	61,00	1000	30,601	14		75.64
1	3	Обед								
		закуска								
		1 блюдо								
		2 блюдо								
		гарнир								
		напиток								
		хлеб бел.								
		хлеб черн.								
		итого		0	0	0	0	0		0
1	3	Итого за день:		590	61	1000	30,601	14		
1	4	Завтрак	Плов с куриным мясом	300	25,00	346	24	10	128	37.64
		гор.блюдо	Сок	200	4,00	3	0	0	0	18.00

[illegible]

[illegible]

		гор.напиток	какао со сгущенкой	150	1,00		0,1			23.00
		хлеб	хлеб белый	110	7,00	542	8	8	50	5.00
			печенье	200	15,00	82	0	0	20	8.00
		итого		730	26,00	928	24,11	14		75.64
2	5	закуска								
		1 блюдо								
		2 блюдо								
		гарнир								
		напиток								
		хлеб бел.								
		хлеб черн.								
		итого		0	0	0	0	0	0	0
2	5	Итого за день:		730	26	928	24,11	14		
2	6	Завтрак	гор.блюдо	200	11,00	336	20	7	128	40.64
			гор.напиток	200	13,00	75	5	4	6	11.00.
			хлеб	110	7,00	542	8	8	50	12.00
			яйцо	75	12,00	17	0	0	16	12.00
		итого		585	43,00	970	32,91	19,2		75.64
2	6	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							

[illegible]