

Школа №10 Петровского

Согласовано:  Директор
Муниципального общеобразовательного учреждения

Утвердил: должность Начальник МКУ Отдел образования

Ф.И.О. Хакимов А.С.

дата 2025

день месяц год

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

Платники 60 руб.

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Нарецптуры	Цена
1	1	Завтрак		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	220	5,41	9,56	32,80	239,75	189	28,92
		Завтрак		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,68	24,32	146,82	433	15,72
		Завтрак		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Завтрак		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2,80
			Итого:		500	14,46	13,94	91,04	549,73		50,24
1	1	Итого за день:			500	14,46	13,94	91,04	549,73		50,24
1	2	Завтрак		РЫБА ГОРБУША(ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ СОВОЩАМИ	70	17,62	5,57	0,40	121,85	229	71,63
		Завтрак		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	220	12,52	10,15	56,84	368,77	181	18,73
		Завтрак		СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,55	2,25	24,79	348	4,53
		Завтрак		ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,14	3,10	16,00	105,25	378	15,14
		Завтрак		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Завтрак		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2,80
			Итого:		600	38,98	21,07	109,41	783,82		115,63
1	2	Итого за день:			600	38,98	21,07	109,41	783,82		115,63
1	3	Завтрак		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	220	26,24	20,08	40,60	448,50	311	45,93
		Завтрак		КИСЕЛЬ	200	0	0,00	28,21	112,83	411	5,03
		Завтрак		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Завтрак		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2,80
			Итого:		500	31,54	20,78	102,73	724,49		56,56
1	3	Итого за день:			500	31,54	20,78	102,73	724,49		56,56
1	4	Завтрак		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	11,97	13,06	11,04	209,36	272	42,70
		Завтрак		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	220	8,06	7,04	45,89	280,02	331	15,98
		Завтрак		СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,85	4,46	4,73	63,03	349	12,39
		Завтрак		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,31	0,14	23,71	98,56	441	7,98
		Завтрак		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Завтрак		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2,80
			Итого:		625	26,49	25,4	119,29	814,13		84,65
1	4	Итого за день:			625	26,49	25,4	119,29	814,13		84,65
1	5	Завтрак		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ СМЕТАНОЙ	275	9,18	8,58	13,04	166,83	82	38,83
		Завтрак		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	204	0,2	0,00	8,00	33,00	TK № 31	3,92
		Завтрак		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Завтрак		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2,80
			Итого:		559	14,68	9,28	54,96	362,99		48,35
1	5	Итого за день:			559	14,68	9,28	54,96	362,99		48,35
2	1	Завтрак		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	4,55	5,63	19,39	147,32	113	20,28