

Школа **Давлетово**

Согласовано

Директор

Муниципального общеобразовательного учреждения

Утвердил: должность

Начальник МКУ Отдел образования

Типовое примерное меню приготавливаемых блюдФ.И.О. **Хакимов А С**

Возрастная категория

дети СВО и ОВЗ 5-11 кл

дата

2025

день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Нарецеттуры	Цена
1	1	Завтрак		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,45	4,42	0,00	54,56	15	11,18
		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
		Завтрак		ВАФЛИ	40	1,12	1,32	30,92	141,60		11,27
			Итого:		555	19,03	19,68	121,96	745,89		72,69
1	1	Обед		СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И	270	8,68	8,71	8,88	148,87	98	33,87
		Обед		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	2,00
		Обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Обед		ГРУША	150	0,6	0,45	15,45	70,50		36,84
			Итого:		660	12,16	9,51	48,56	330,93		75,51
1	1	Итого за день:			1215	31,19	29,19	170,52	1076,82		148,2
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
		Завтрак		ЯБЛОКО	100	0,4	0,40	9,80	47,00	TK №2	18,20
			Итого:		700	39,38	21,47	119,21	830,82		133,83
1	2	Обед		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ	250	5,66	5,73	21,34	160,57	112	19,90
		Обед		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	2,00
		Обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Обед		ВАФЛИ	40	1,12	1,32	30,92	141,60		11,27
			Итого:		530	9,66	7,4	76,49	413,73		35,97
1	2	Итого за день:			1230	49,04	28,87	196,7	1244,85		169,8
1	3	Завтрак		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	29,82	22,82	46,14	509,70	311	52,20
		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
		Завтрак		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	30	2,94	10,41	15,12	166,20		28,98
			Итого:		560	38,06	33,93	123,39	951,89		91,81
1	3	Обед		СУП ВЕРМИШЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250	9,21	9,29	18,84	186,12	101	21,59
		Обед		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	2,00

		Обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Обед		БАНАН	150	1,35	0,45	18,90	86,40		23,40
			Итого:		640	13,44	10,09	61,97	394,08		49,79
1	3	Итого за день:			1200	51,5	44,02	185,36	1345,97		141,6
1	4	Завтрак		ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	100	0,73	0,09	2,28	12,74	19	18,92
		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
		Завтрак		ЯБЛОКО	100	0,4	0,40	9,80	47,00		20,68
			Итого:		825	27,62	25,89	131,37	873,87		124,25
1	4	Обед		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СМЯСОМ ПТИЦЫ	250	4,84	7,33	8,53	120,05	84	21,31
		Обед		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	2,00
		Обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Обед		ПЕЧЕНЬЕ	40	2,96	3,76	29,24	162,80	155	7,00
			Итого:		530	10,68	11,44	62	394,41		33,11
1	4	Итого за день:			1355	38,3	37,33	193,37	1268,28		157,36
1	5	Завтрак		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ СМЕТАНОЙ	275	9,33	9,76	13,27	179,08	82	38,82
		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
		Завтрак		БАНАН	150	1,35	0,45	18,90	86,40		23,40
			Итого:		709	16,18	10,91	74,09	461,64		71,74
1	5	Обед		КАША 7 ЗЛАКОВ МОЛОЧНАЯ	200	7,1	9,21	33,07	244,39	180	24,70
		Обед		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	2,00
		Обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Обед		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,20	19,80	86,00	442	31,00
			Итого:		640	10,98	9,76	77,1	441,95		60,5
1	5	Итого за день:			1349	27,16	20,67	151,19	903,59		132,24
2	1	Завтрак		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	4,55	5,63	19,39	147,32	113	20,28
		Завтрак		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	2,00
		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
		Завтрак		КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	75	5,04	9,48	49,60	303,78	483	21,29
			Итого:		605	15,12	15,81	110,18	644,24		49,17
2	1	Обед		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ КУРИЦЫ	200	10,92	10,38	27,63	247,35	414	18,18
		Обед		ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,14	3,10	16,00	105,25	378	15,14
		Обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Обед		ГРУША	150	0,6	0,45	15,45	70,50		36,84

		Итого:		590	17,31	14,28	76,04	504,88		72,96
2	1	Итого за день:		1195	32,43	30,09	186,22	1148,92		122,13
2	2	Завтрак	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ	250	9,56	11,55	14,47	199,97	113	25,63
		Завтрак	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,10	31,70	131,00	402	5,81
		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
		Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	442	31,00
		Итого:		730	16,43	12,54	99,68	577,55		68,04
2	2	Обед	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	100	0,73	0,09	2,28	12,74	19	18,92
		Обед	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,1	9,27	34,71	251,47	189	25,04
		Обед	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	2,00
		Обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Итого:		540	10,71	9,71	61,22	375,77		48,76
2	2	Итого за день:		1270	27,14	22,25	160,9	953,32		116,8
2	3	Завтрак	ПОМИДОРЫ ПОРЦИОННО	100	0,51	0,09	1,75	11,04	23	11,93
		Завтрак	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	75	10,9	11,25	7,96	177,39	285	44,20
		Завтрак	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	220	8,08	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	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,14	3,10	17,03	109,36	379	14,78
		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:		725	28,76	26,64	111,28	804		104,88
2	3	Обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ СОСМЕТАНОЙ	275	7,65	5,19	13,93	140,55	96	22,38
		Обед	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	2,00
		Обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Обед	ПЕЧЕНЬЕ	40	2,96	3,78	29,24	162,80	155	7,00
		Итого:		555	13,49	9,3	67,4	414,91		34,18
2	3	Итого за день:		1280	42,25	35,94	178,68	1218,91		139,06
2	4	Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,15	12,45	0,15	112,50	13	24,39
		Завтрак	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	220	6,66	10,81	29,38	242,55	190	33,21
		Завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	2,00
		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
		Завтрак	ЯБЛОКО	100	0,4	0,40	9,80	47,00	TK №2	18,20
		Итого:		615	12,74	24,36	80,52	595,19		83,4
2	4	Обед	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,05	3,42	16,54	133,24	87	13,22
		Обед	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,14	3,10	16,00	105,25	378	15,14
		Обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Обед	БАНАН	150	1,35	0,45	18,90	86,40		23,40
		Итого:		640	16,19	7,32	68,4	406,47		54,56
2	4	Итого за день:		1255	28,93	31,68	148,92	1001,66		137,96
2	5	Завтрак	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ	265	9,39	7,68	18,75	181,86	99	28,91
		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
		Завтрак		кондитерское изделие	40	2,96	3,76	29,24	162,80		7,00
			Итого:		589	17,85	12,14	89,91	540,82		45,43
2	5	Обед		КАША 5 ЗЛАКОВ МОЛОЧНАЯ	200	7,1	9,21	33,07	244,39	180	24,70
		Обед		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,27	29,98	TK №7	2,00
		Обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK №21	2,80
		Обед		ЯБЛОКО	100	0,4	0,40	9,80	47,00		20,68
			Итого:		540	10,38	9,96	67,1	402,95		50,18
2	5	Итого за день:			1129	28,23	22,1	157,01	943,77		95,61
		Среднее значение за период:			1248	35,62	30,21	172,79	1110,58		168,04