МБОУ "СОШ №1" г. Вуктыл

Утвердил: должность Директор

фамилия Т.В.Хныкова

дата 14 (день) 2 (месяц) 2025 (год)

# Типовое примерное меню приготавливаемых б

Возрастная категория

за родительскую плату

| Неделя | День недели | Прием пищи | Раздел меню | Блюда | Вес блюда, г | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | № рецептуры | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 1 | Завтрак | гор.блюдо | Пюре картофельное | 120 | 2,8 | 20,05 | 4,55 | 208,82 | | 28 |
| | | | напиток | Гречка | 130 | 11,16 | 5,27 | 33,48 | 210,6 | | 28 |
| | | | гор.блюдо | Котлета | 70 | 12,46 | 12,25 | 10,01 | 200,2 | | 70 |
| | | | хлеб | Хлеб белый | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,2 | 54,3 | , | 4 |
| | | | гарнир | макароны | 130 | 5,66 | 0,68 | 29,04 | 233,3 | | 22 |
| | | | гарнир | Рис отварной | 150 | 6,15 | 10,95 | 27,45 | 240,75 | | 28 |
| | | | гор.блюдо | куриная отбивная | 90 | 29,74 | 4,29 | 0,04 | 157,79 | | 78 |
| | | | *итого* | | 720 | 69,95 | 53,85 | 114,77 | 1305,76 | | 258 |
| | | | | | | | | | | | |

Школа МБОУ "СОШ №1" г. Вуктыл (5-11 классы) Отд./корп День 14.02.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | | макароны с сыром | 170 | | 211 | 8 | 7 | 29 |
| | | | яйцо отварное | 40 | | 145 | 5 | 7 | 15 |
| | гор.напиток | | сок | 200 | | 90 | 0 | 0 | 23 |
| | хлеб | | пшеничный | 30 | | 25 | 4 | 1 | 1 |
| | | | овощи свежие | 30 | | 17 | 1 | 0 | 3 |
| | | | печенье промышленное | 30 | | 137 | 2 | 6 | 25 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |