

МБОУ "СОШ №1" г. Вуктыл

# Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория  
за родительскую плату

Утвердил: должность  
фамилия  
дата

Директор

Т.В. Хныкова

24 10 2024  
день месяц год

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

утвердил: должность

Директор

## Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

Т. В. Хныкова

Возрастная категория

дата

24

10

2024

день

месяц

год

1 - 4 класс

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена	
		Завтрак	гор.блюдо	Макароны с сыром	150	3,29	10,01	22,71	250,23		56	
			гор.блюдо	Яйцо отварное	50	6,9	4,7	0,6	85		20	
			хлеб	Хлеб белый	30	1,98	0,36	10,2	54,3		4	
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0	14	28		27	
			овощи/фрукты	Овощи/ Фрукты натуральные ( яблоко)	127	0,33	0,4	4,6	14,4		23	
				<i>итого</i>		557	12,7	15,47	52,11	431,93		130
		5 - 11 класс	гарнир	Рис	94	3,42	3,36	22,98	131,6		16	
		Завтрак	гор.блюдо	Котлета	70	12,46	12,25	10,01	200,2		55	
			напиток	чай	200	0,2	0	14	28		3	
			хлеб	хлеб белый	30	30	1,98	0,36	10,2		4	
			овощи/фрукты	Овощи/ Фрукты натуральные ( яблоко)	127	0,33	0	4,6	14,4		18	
				<i>итого</i>		521	46,41	17,59	51,95	384,4		96