МБОУ "СОШ №1" г. Вуктыл

Утвердил: должность Директор

фамилия Т.В.Хныкова

дата 25 (день) 12 (месяц) 2024 (год)

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

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 кл.)	Отд./корп		День	25.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Котлета домашняя	50		127	14	3	10
			Гречка отварная	100		239	8	7	36
	гор.напиток		компот из сухофруктов	200		81	1	0	20
	хлеб		пшеничный	30		25	4	1	1
	фрукты		яблоко	90		47	0	0	10
			овощи свежие	30		17	1	0	3
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								