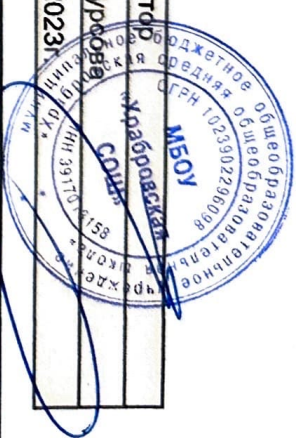


Школа МБОУ "Храбровская СОШ"  
**Типовое примерное меню приготавливаемых блюд**  
 Возрастная категория 7-11 лет

Твердиль: Должностное лицо  
 Фамилия: Е.А. Бурдогов  
 Дата: 1.09.2023г.



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углево ды	Калорийность	№ рецептуры	Цена			
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	200	4,88	5,99	40,53	256,03	174/М/ССЖ				
				Напиток кофейный на молоке	200	2,94	2,54	15,92	99,04	379/М/ССЖ				
				гор.напиток										
				хлеб										
				фрукты										
				бutterброд									4/М	
				бutterброд с сыром										
				Кисломол.										
				Йогурт										
				Итого										
1	1	Обед	закуска	Салат из моркови с кукурузой	60	0,92	5,25	4,8	70,3	59/М				
				1 блюдо	200	3,34	5,56	13,68	118,55	116/М/ССЖ				
				2 блюдо	90	8,78	12,1	0,2	145,3	288/М/ССЖ				
				Курица запеченная с соусом										
				гарнир										
				Макаронны отварные										
				200	0,35	0,08	21,66	86,04	342/М/ССЖ					
				напиток										
				Компот из сухофруктов										
				Хлеб бел.										
Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином														
Хлеб черн.														
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный														
Итого														
770	23,73	27,97	108,1	777,24						92,47				
1305	43,45	42,8	183,1	1289,21						184,94				
Итого за день:														
1	1	Итого за день:												
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Плов с отварной птицей, свежий огурец	260	19,59	13,49	38,63	351,29	291/М/ССЖ				
				гор.напиток										
				Компот из яблок										
				200	0,16	0,04	13,1	54,29	342/М/ССЖ					
				хлеб										
				Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином										
50	4	0,5	26	125										
фрукты														
Итого														
510	23,75	14,03	77,73	530,58						92,47				