Меню горячего питания

Школа Утвердил: МБОУ "Алпатовская НОШ"

фамилия

Возрастная категория дата

день месяц год

							ı	Э	2023		
Недел я	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийност ь	№ рецептур ы	Цена
1	1		гор.блюдо	Мюсли с молоком	135	7,32	5,5	26,52	184,86	179	81,2 5
		Завтрак		Сыр порциями	30	6,96	8,88	0	107,76	14	
			гор.напито к	Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25	878	
				Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3	274	
			фрукты	Яблоко №338	100	1,5	0,5	21	94,5	338	
			итого		600	25,93	22,43	121,04	790,69		81,25
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0

1	1	Итого	за день:		600	25,93	22,43	121,04	790,69		81,25
	<u>'</u>				'						
1	2		гор.блюдо	Каша рисовая с изюмом	200	6,09	10,88	47,99	314,24	177	81,2 5
		Завтрак		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
			гор.напито к	Чай с молоком или сливками	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25	878	
			фрукты	Яблоко	100	1,5	0,5	21	94,5	338	
			итого		610	17,08	21,93	133,31	741,46		81,25
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	2	Итого	за день:		610	17,08	21,93	133,31	741,46		81,25
		Завтрак	гор.блюдо	Омлет с морковью №214	65	5,52	10,21	2,01	122,01	214	81,2 5
1	3			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	

			гор.напито к	Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25	878	
			фрукты	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3	274	
	·										
				Яблоко	100	1,5	0,5	21	94,5	338	
					5.40		00.40	00.00	004.70		04.05
		_	итого		510	17,25	26,46	96,66	694,72		81,25
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	3	Итого	за день:		510	17,25	26,46	96,66	694,72		81,25
'	3	VIIOIO	за день.		310	17,25	20,40	90,00	094,72	005	
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рис припущенный	200	4,85	5,73	48,89	266,53	305	81,2 5
				Сосиски "Особые халяль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46	405	
				Масло сливочное	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	
			гор.напиток		20	0,10	10,7	0,20	177,20		
			хлеб	Чай с молоком или сливками	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
			фрукты	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25	878	
				Яблоко	100	1,5	0,5	21	94,5	338	

		итого		720	25,42	38,48	137,08	938,85		81,25
4	Обед	закуска								
	• • •									
		гарнир								
		напиток								
'					-					
		хлеб бел.								
		хлеб черн.								
		итого								0
4	Итого	за день:		720	25,42	38,48	137,08	938,85		81,25
5		гор.блюдо	Греча отварная	160	9,59	6,09	38,64	243	43	81,2 5
	Завтрак		Соус красный основной	50	1	1,3	3,09	28,06	422	
			Масло сливочное						14	
				20	0,16	16,4	0,26	149,28		
			Uэй с пимоном	200	0.03	0.1	0.5	30.02	450	
					·			*		
		фрукты	ACICO IIIICIII IIIBII	00	3,72	0,73	30,22	170,23	070	
		итого		510	16,7	24,64	87,71	635,61		81,25
5	Обед					•	, 	•		
	• •									
		гарнир								
	4 5	4 Итого 5 Завтрак	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн.	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого 4 Итого за день: гор.блюдо Греча отварная Соус красный основной Масло сливочное гор.напиток хлеб фрукты итого 5 Обед закуска 1 блюдо 2 блюдо	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо Треча отварная Соус красный основной Масло сливочное Тор.напиток хлеб Чай с лимоном хлеб Чай с лимоном хлеб Чай с лимоном хлеб Чай с лимоном хлеб Преча отварная Тор.напиток хлеб Чай с лимоном хлеб Пишеничный 80 итого 5 Обед закуска 1 блюдо 2 блюдо	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток	1 блюдо 2 блюдо 1			

				напиток								
				хлеб бел.								
				хлеб черн.								
				итого		0	0	0	0	0		0
	4	-	14			405	40.7	04.04	07.74	005.04		04.05
	1	5	Итого	за день:		495	16,7	24,64	87,71	635,61		81,25
					Суп молочный с	200	4.20	2.0	1426	100.16	120	81,2
	2	1	Завтрак		макаронными изделиями	200	4,38	3,8	14,36	109,16		5
J	_		Car.pan	. оргожана								
					Масло сливочное						14	
						20	0,16	16,4	0,26	149,28		
				гор.напиток	Чай с молоком						378	
				. opina	или сливками	200	1,52	1,35	15,9	81,83	0.0	
				хлеб	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25	878	
				фрукты	Яблоко	100	1,5	0,5	21	94,5	338	
				итого)	595	13,48	22,8	87,74	611,02		81,25
	2	1	Обед	закуска								
				1 блюдо								
				2 блюдо								
				гарнир								
				напиток								
				хлеб бел.								
				хлеб черн.								

			итого		0	0	0	0	0		0
2	1	Итог	о за день:		595	13,48	22,8	87,74	611,02		81,25
2	2		гор.блюдо	Мюсли с молоком	135	7,32	5,5	26,52	184,86	179	81,2 5
		Завтрак		Масло сливочное	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25	878	
			фрукты	Яблоко	100	1,5	0,5	21	94,5	338	
			итого		555	16,9	23,5	105,57	643,91		81,25
2	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			1100 0 0 0		0	0	0	0	0		0
2	2	Итого	итого		555	16,9	23,5	105,57	643,91		81,25
		711010	оц допь.		<u> </u>					179	81,2
			гор.блюдо	Мюсли с молоком	135	7,32	5,5	26,52	184,86	119	5

2	3	Завтрак		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25	878	
				Яблоко	100	1,5	0,5	21	94,5	338	
			фрукты								
			итого		555	16,9	23,5	105,57	643,91		81,25
2	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
Ī		Ī									
			итого		0	0	0	0	0		0
2	3	Итого	за день:		555	16,9	23,5	105,57	643,91		81,25
		Завтрак		Каша жидкая		, .		,	2 / 2 / 2 /	181	81,25
2	4	Jasipan	гор.блюдо	молочная из манной крупы	210	6,03	3,47	42,23	224,27		3.,20
				Масло	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	

			гор.напито к	Чай с молоком или сливками	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
			хлеб	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25	878	
			фрукты	Яблоко	100	1,5	0,5	21	94,5	338	
							:				
			итого		630	17,1	22,72	127,68	726,13		81,25
2	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.				ļ				
			итого		0	0	0	0	0		0
2	4	Итого	за день:		630	17,1	22,72	127,68	726,13		81,25
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре	150	4,05	6	8,7	105	377	81,2 5
		·		Масло слив.порция	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	
			гор.напиток	Сосиски "Особые халяль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46	405	
			хлеб	Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
				Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	176,25	878	
			фрукты	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3	274	

			итого		630	25,83	43,7	97,29	828,31	81,25
2	5	Обед	закуска							
			1 блюдо							
			2 блюдо							
			гарнир							
			напиток							
			хлеб бел.							
			хлеб черн.							
			итого		0	0	0	0	0	0
2	5	Итого	за день:		630	25,83	43,7	97,29	828,31	81,25
		Cn	еднее значение	за период:			27,01			
		Ор	одное значение	за период.	590	19,259	6	109,97	725,461	81,25