

Школа _____

Утвердил: должность **Директор МОУ-СОШ №1 г.Маркса**

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

Мунина О.Ю.

Возрастная категория

12-17 лет

дата

02 09 2024

день месяц год



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена	
1	1	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0		0
1	1	Обед	закуска	Салат из белокачанной капусты	100	1,32	3,25	6,45	60	45	5,12	
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми(фасоль)	250	5,49	5,28	16,54	135	102	7,66	
			2 блюдо	Гуляш из отварной говядины	100	13,36	14,08	3,27	193	246	75,1	
			гарнир	Каша гречневая	180	7,92	8,64	37,44	259	302	10,49	
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,3	47,25	194	349	6,78	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,4	0,84	20	пром	1,56	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92	пром	1,6	
			<i>итого</i>			900	34,09	32,39	131,55	953		108,31
1	1	Итого за день:			900	34,09	32,39	131,55	953		108,31	