

Школа ШУ № 41 Новоуральск

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: должность Директор

фамилия А.В.Великов

дата

2024

день месяц год



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	Каши молочные, омлеты, запеканки	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	6	35,79	242,6	883	39
			Кисломолочный продукт	Яйцо отварное шт	50	5,08	5	0,28	62,8	349,01	34
			Хлеб, мучные изделия	Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	8
			Напиток	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9	686	8
			Сок, фрукты	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1	1 259,01	16
			<i>итого</i>		500	15,41	19	71,92	536,2		105
1	1	Обед	Суп	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,6	1 030	25
			Суп	Мясо свиные отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	15
			Салат, овощная добавка	Помидоры свежие	60	0,66		2,28	14,4	1 038	17
			Второе блюдо	**Котлета Домашняя	90	12	10		162	1 027	48
			Гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7	516	15
			Напиток	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4	917,02	15
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5
			<i>итого</i>		800	27,63	23	98,22	754,9		140
			<i>Итого за день:</i>		1 300	43,04	42	170,14	1 291,10		245

Школа ШУ № 41 Новоуральск

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: должность Директор

фамилия А.В.Великов

дата

2024

день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	2	Завтрак	Горячее блюдо	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3	16,5	836	10
			Горячее блюдо	Биточек из мяса свинины паровой	50	8,32	5	4,41	92,9	466	35
			Гарнир	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5	512	15
			Гарнир	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7	600,01	5
			Гор.напиток	Какао с молоком, Хрутка	200	3,87	4	18,08	190	921	20
			Хлеб, мучные изделия	Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	8
			Хлеб, мучные изделия	Вафли*	30	2,22	3	21,93	122,1	1 140	12
			<i>итого</i>		530	21,42	20	105,01	770,5		105
1	2	Обед	Суп	Борщ с капустой картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5	1 021	25
			Суп	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	15
			Второе блюдо	Горошек зеленый отварной	60	1,79	3	3,75	50,1	819,02	12
			Второе блюдо	Жаркое по-домашнему	200	13,22	24	22,74	362,9	893,01	71
			Напиток	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1	930	12
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6	897	5
			<i>итого</i>		760	25,51	39	76,08	766,4		140
			<i>Итого за день:</i>		1 290	46,93	59	181,09	1 536,90		245



Школа ШУ № 41 Новоуральск

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория 7-11 лет

Утвердил: должность Директор

фамилия А.В.Великов

дата

2024

день месяц год



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	3	Завтрак	Блюдо из второго и суп	**Сырники	150	12,5	14	24,87	339	1 066,01	50
			Соус	Молоко сгущенное	25	1,98	2	13,6	80,3	902	6
			Напиток	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9	828	5
			Хлеб, мучные изделия	Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	8
			Хлеб, мучные изделия	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1	1 259,01	16
			Сок, фрукты	Фрукт	100	0,4		9,8	47	976,03	20
			итого		525	17,96	24	83,93	697,1		105
1	3	Обед	Суп	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5	1 016	20
			Суп	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,59		15,62	80	943	5
			Суп	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	15
			Салат, овощная добавка	Помидоры свежие	30	0,33		1,14	7,2	1 038	15
			Салат, овощная добавка	Плов с мясом птицы	200	15,48	8	38,84	293,3	1 075	68
			Напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7	928	12
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5
			итого		790	31,38	19	135,67	892,1		140
			Итого за день:		1 315	49,34	43	219,6	1 589,20		245

Школа ШУ № 41 Новоуральск

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Утвердил: должность Директор

фамилия А.В.Великов

дата

2024

год
месяц
день

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	4	Завтрак	Горячее блюдо	Суфле Рыбка (минтай)	75	8,86	10	7,68	149,2	1 197	46,07
			Гарнир	Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155	995	29,76
			Гарнир	Маффин	40	0,17		1,18	6,9	450,03	12,93
			Гор.напиток	Чай-ягодный	200	0,1		16	59,9	971	8,26
			Бутерброды, сыр, масло	Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	13
			итого		505	15,44	17	67,59	475,8		105
1	4	Обед	Суп	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8	1 039	25
			Суп	Мясо свиные отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	15
			Второе блюдо	Мясо "Пикантное"	90	15,11	27	7,78	335,7	1 336,03	67,3
			Гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8	998	16
			Салат, овощная добавка	Огурцы свежие порционно	20	0,16		2	11	836	8
			Напиток	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6	705	15
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6	897	5
			итого		760	32,51	40	109,59	953,70		140
			Итого за день:		1 265	47,95	57	177,18	1 429,50		245



Школа ШУ № 41 Новоуральск

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория 7-11 лет

Утвердил: Должность Директор

фамилия А.В. Великов
дата 2024 год



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	5	Завтрак	Блюдо из молока/яи	Макаронные изделия запеченные с сыром	150	13,28	15	35,7	218,3	334	40
			Бутерброды, сыр, масло	Бутерброд с повидлом	60	3,27	1	33,2	155,1	1 046	20
			Напиток	Чай фруктовый	200	0,1		14,97	59,9	971,08	6
			Сок, фрукты	Фрукты	100	0,4		9,8	47	976,03	39
			итого								
1	5	Обед	Суп	Суп "Детский"	510	17,05	16	93,67	480,3		105
			Суп	Гренки из пшеничного хлеба	250	10,23	14	12,83	215,5	1 180,01	35
			Салат, овощная		15	1,94		11,71	60	943	5
			добавка	Свекла отварная с маслом растительным	60	0,89	5	5,19	69,5	20	10
			Второе								
			Блюдо	Запеканка картофельная с мясом.	200	15,89	22	29,11	403,2	1 100	65
			Хлеб, мучные изделия	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5
			Напиток	Сок натуральный	200			22,4	95	707	20
			итого		765	32,35	42	100,64	946,80		140
			Итого за день:		1 275	49,4	58	194,31	1 427,10		245

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория 7-11 лет

фамилия А.В. Великов
 дата 09 09 2024

день 09
 месяц 09
 год 2024

Неделя	День	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углево Ды	Калори йность	№ рецептуры	Цена
2	1	Завтрак	Блюдо из	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с	150	3,26	7	26	159,4	1 139	32
				Йогурт порционный	125	2,8	3	19,6	112	935	36
				Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1	854	13
				Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	8
				Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1	1 259,01	16
2	1	Обед	Суп	Суп картофельный с бобовыми	525	10,5	20	83,47	530,4		105
				Мясо свинины отварное	250	5,88	6	21,48	156,6	139	20
				Гренки из пшеничного хлеба	10	2,31	3		35,2	1 053,02	15
				Огурцы свежие порционно	20	2,59		15,62	80	943	5
				Второе	60	0,48		6	33	836	20
				Второе	90	14,98	8	7,93	167,2	466	48
				Гарнир	150	6,47	3	38,71	212,7	516	15
				Напиток	200	0,15		19,06	78,4	917,02	12
				Хлеб,	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5
				Хлеб ржаной	820	36,26	21	128,2	866,7		140
				итого	1 345	46,76	41	211,67	1 397,10		245
				Итого за день:							



Школа ШУ № 57 Новоуральск
Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория 7-11 лет

Утвердил: должность Директор
 фамилия А.В.Великов
 дата 09 09 2024

день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	3	Завтрак	Блюдо из молока, яи	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	5,07	8	18,87	240	823	30
				Бутерброд	40/20	8,38	7	20,57	177,4	810	45
				Гор.напито	200	0,06		15,16	59,9	686	8
				Гор.напито	60	3,54	3	25	219,6	1 192	22
			<i>итого</i>		520	17,05	18	79,6	696,9		105
2	3	Обед	Суп	Суп картофельный с рыбой	250	4,65	3	19,88	127,1	1 017,01	40
				Салат,	30	0,44	3	2,6	34,8	20	10
				Второе	90	15,6	5	3,23	119	1 296	56
				Гарнир	150	3,35	5	35,01	220,5	512	15
				Напиток	200	0,46		28,13	116,1	932,01	14
				Хлеб,	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5
			<i>итого</i>		760	27,9	17	108,25	721,1		140
			Итого за день:		1 280	44,95	35	187,85	1 418		245



Школа ШУ № 41 Новоуральск

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория 7-11 лет

Утвердил: должность Директор

фамилия А.В.Великов

дата 09

день месяц год

2024



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность	№ рецептуры	Цена		
												год	
2	4	Завтрак	Горячее	Котлета Детская мясная	75	11,99	20	8,9	267,5	1 054	42		
			Гарнир	Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155	995	27		
			Гор.напито	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9	971	6		
			Хлеб,	Батон	40	3	20,56	104,8	693		8		
			Овощная	Помидоры свежие	40	0,44	1,52	9,6	1 038		15		
			Хлеб,	Печенье Детское (конд изд)	25	1,88	13,08	101,8	1 141		7		
2	4	Обед	итого		530	20,72	29	82,23	698,6		105		
			Суп	Суп из разных овощей	250	1,98	7	10,66	118,1	1 181		25	
			Суп	Мясо свинины отварное	10	2,31	3	35,2	1 053,02		15		
			Салат,	Кукуруза отварная	30	3,4	3	19,8	40,5	604		10	
			Второе	Бефстроганов.	90	15,7	17	5,4	271	1 050		50	
			Второе	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8	998		15	
			Напиток	Сок натуральный	200			22,4	95	707		20	
			Хлеб,	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6	897		5	
			итого		770	35,22	38	115,01	910,20			140	
			Итого за день:										
								1 340	59,34	68	216,64	1 712,40	

Школа ШУ № 41 Новоуральск
 Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория 7-11 лет

Утвердил: должность Директор
 фамилия Великов А.В.
 дата 09 09 2024




Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	5	Завтрак	Блюдо из	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	9	16,82	198,2	1 284	52
				Хлеб,	200			14,97	59,9	828	5
				Хлеб,	40	3	1	20,56	104,8	693	8
				Хлеб,	50	2,75	5	17,75	107,9	1 330,01	30
				Хлеб,	20	0,47		0,8	28,9	1 142	10
			<i>итого</i>		510	15,64	15	70,9	499,7		105
2	5	Обед	Суп	Свекольник со сметаной	250	2,88	3	23,65	136,7	1 175	25
				Суп	10	2,31	3		35,2	1 053,02	15
				Салат,	60	0,66		2,28	14,4	1038	10
				Второе	90	15,7	17	5,4	271	1 050	45
				Второе	150	7,55	6	39,35	240,8	998	25
			<i>итого</i>		200			22,4	95	707	15
			Хлеб,	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5
			<i>итого</i>		800	32,5	30	112,48	896,70		140
			<i>Итого за день:</i>		1 340	59,34	68	216,64	1 712,40		245