ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00B6C7FFA67B7C019006A3E8FB71FCABFF
Владелец: Назыров Руслан Ибрагимович
Действителен: с 05.10.2023 до 28.12.2024

Типовое меню приготавливаемых блюд

МБОУ "Ищёрская СОШ"

Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Мюсли с молоком	135	7,32	5,5	26,52	184,86	179	81,25
				Сыр порциями	30	6,96	8,88	0	107,76	14	
			гор.напиток	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	**Итого за день:**			########	#ССЫЛКА!	######	######	#######		#ССЫЛКА!
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая с изюмом	200	6,09	10,88	47,99	314,24	177	81,25
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
			гор.напиток	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
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Омлет с морковью №214	65	5,52	10,21	2,01	122,01	214	81,25
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
			гор.напиток	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	
			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
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рис припущенный	200	4,85	5,73	48,89	266,53	305	81,25
				Сосиски "Особые халяль"	100	9,5	13,5	2,74	170,46	405	
			гор.напиток	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	
			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
1	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	4	**Итого за день:**			720	25,42	38,48	137,08	938,85		81,25
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Греча отварная	150	9,59	6,09	38,64	243	43	81,25
				Соус красный основной	50	1	1,3	3,09	28,06	422	

			гор.напиток	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	
			хлеб	Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			фрукты	Хлеб пшеничный	75	5,92	0,75	36,22	176,25	878	
			итого		495	16,7	24,64	87,71	635,61		81,25
1	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	5	**Итого за день:**			495	16,7	24,64	87,71	635,61		81,25
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,38	3,8	14,36	109,16	120	81,25
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
			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	**Итого за день:**			595	13,48	22,8	87,74	611,02		81,25
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Мюсли с молоком	135	7,32	5,5	26,52	184,86	179	81,25
				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	
			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.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	2	**Итого за день:**			555	16,9	23,5	105,57	643,91		81,25
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Мюсли с молоком	135	7,32	5,5	26,52	184,86	179	81,25
				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.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	3	**Итого за день:**			555	16,9	23,5	105,57	643,91		81,25
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	6,03	3,47	42,23	224,27	181	81,25
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	0,16	16,4	0,26	149,28	14	
			гор.напиток	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.								
			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	81,25
				МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	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
		Среднее значение за период:			########	#ССЫЛКА!	######	######	#######		#ССЫЛКА!