



СОГЛАСОВАНО

МБОУ Григорьевская СОШ

Директор

Гуллева С.Н.



УТВЕРЖДАЮ

ИП Савина М.П.

Индивидуальный предприниматель

Дата:

01.06.2026

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Омлет натуральный	200	17,24	26,16	4,30	320	268
	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94	462
	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	45	6,54	9,63	10,43	153,2	64
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,2	574
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>505</b>	<b>31,72</b>	<b>39,31</b>	<b>56,23</b>	<b>702</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	3,84	6,40	6,74	100,48	104
	Плов из отварной птицы	240	14,76	9,84	29,76	267,6	375
	Овощи свежие (порциями)	60	1,08	0,06	2,82	16,8	148
	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	18,30	78	496
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,2	574
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	82
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>860</b>	<b>25,40</b>	<b>17,60</b>	<b>95,12</b>	<b>644,68</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1365</b>	<b>57,12</b>	<b>56,91</b>	<b>151,35</b>	<b>1346,68</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1365</b>	<b>57,12</b>	<b>56,91</b>	<b>151,35</b>	<b>1346,68</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1365</b>	<b>57,12</b>	<b>56,91</b>	<b>151,35</b>	<b>1346,68</b>	