

Утверждаю: Директор МБОУ СОШ №1 Имени ПИ Чиркина  
Денисов С.А. 01.09.2024г

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1 лет

### Неделя 1 День 1 Обед

Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Рассольник ленинградский с мясом говядины	250	2,7	7,2	13,35	144,9	96/2011
Макаронные изделия	150	17,54	18,7	115,86	673,02	309/2011
Птица в соусе	90	22,06	18,23	5,88	276,25	293/2011
Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1,41	5,08	9,02	87,4	45/2011
Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	376/2011
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	80	6,48	0,8	39,04	193	
фрукт	100	1,5	0,5	21	96	
<b>Итого</b>	<b>930</b>	<b>43,91</b>	<b>50,51</b>	<b>158,11</b>	<b>1498,57</b>	

### Неделя 1 День 2 Обед

Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Суп картофельный с крупой с мясом курицы (пшено)	250	2,18	2,84	14,29	91,5	101/2011
Каша рассыпчатая (гречневая)	150	11,5	8,12	51,52	325	171/2011
Гуляш из отварной говядины 100/50	90	15,68	16,23	5,01	227,81	246/2011
Салат из свеклы отварной	60	1,43	6,09	8,36	93,9	52/2011
Напиток апельсиновый	200	0,04	0	24,76	94,2	347/2011
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	80	6,48	0,8	39,04	193	
<b>Итого</b>	<b>830</b>	<b>37,31</b>	<b>34,08</b>	<b>142,98</b>	<b>1025,41</b>	

### Неделя 1 День 3 Обед

Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Щи из свежей капусты и картофелем со сметаной	250	6,37	10,06	8,26	287,3	88/2011
Плов из птицы (90/160)	250	25,38	21,25	44,61	471,25	291/2011
Салат из свежих помидоров	90	1,13	6,19	4,72	79,1	23/2011
Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	376/2011





Наименование блюда	вес блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	еская ценность	рецептур ы
Суп картофельный с клецками с мясом курицы 250/25	250	7.29	5.7	16.99	148.5	108,109/2011
Каша вязкая из бобовых (горох)	150	38.2	13.92	55.66	497	197/2011
Котлеты из говядины	90	15.55	11.55	15.7	228.75	268/2011
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1.41	5.08	9.02	87.4	45/2011
Компот из смеси сухофруктов	200	0.04	0	24.76	94.2	349/2011
Хлеб пшеничный	80	6.48	0.8	39.04	193	
<b>Итого</b>	<b>830</b>	<b>68.97</b>	<b>37.05</b>	<b>161.17</b>	<b>1248.85</b>	

Меню составлено по сборнику рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Под ред. Могильного, В.А.Тутельяна : ДеЛипринг 2011г

















