

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	
Итого	930	43,91	50,51	158,11	1498,57	

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	
Итого	830	37,31	34,08	142,98	1025,41	

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	
Итого	830	68.97	37.05	161.17	1248.85	

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

