Школа: МОУ СОШ №2 Утвердил: Зав. производством ГПОУ ЯО УИПК

Белова И.С.

12 сентября 2025г.

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория 7-11 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **День**  **недели** | **Прием**  **пищи** | **Раздел меню** | **Блюда** | **Вес блюда,**  **г** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Калорийность** | **№ рецептуры** | **Неделя** |
| 2 | 3 | **Завтрак** | гор. блюдо | Макароны с сыром | 200/20 | 13,3 | 12,8 | 51,2 | 372 | 469 | 41-19 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| гор. напиток | Чай с сахаром с лимоном | 10/200 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62,0 | 686 | 8-18 |
| хлеб | Булочка с маслом | 10/60 | 3,7 | 18,2 | 16,5 | 246,0 | ТТК | 25-37 |
| фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого** |  | **500** | **17,3** | **31,1** | **82,9** | **680,0** |  | **74-74** |
| 2 | 3 | **Обед** | 1 блюдо | Суп картофельный с бобовыми | 1/250 | 6,2 | 5,6 | 22,3 | 167,0 | 139 | 18-96 |
| 2 блюдо | Котлета из мяса кур | 1/50 | 7,9 | 6,3 | 8,9 | 130,0 | 455 | 34-75 |
| гарнир | Овощное рагу | 1/170 | 3,9 | 8,6 | 18,1 | 164,9 | 540 | 21-51 |
| напиток | Чай с сахаром | 1/200 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 685 | 4-18 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб. черн. | Хлеб ржаной | 1/30 | 1,9 | 0,3 | 14,8 | 69,0 | - | 3-70 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого** |  | **700** | **20,1** | **20,9** | **79,1** | **590,9** |  | **83-10** |
| **2** | **3** | **Итого за день:** | |  | **1200** | **37,4** | **52,0** | **162,0** | **1270,9** |  | **157-84** |