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

Белова И.С.

18 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** |
| 1 | 3 | **Завтрак** | гор. блюдо | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 150/30 | 30,2 | 17,9 | 51,9 | 496,0 | 366 | 81-73 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| гор. напиток | Чай с сахаром с лимоном | 20/200 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62,0 | 686 | 8-18 |
| хлеб |  |  |  |  |  |  |  |  |
| фрукты | Плюшка «Московская» | 1/100 | 7,6 | 8,9 | 56,1 | 335,0 | ТТК | 15-00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого** |  | **500** | **38,1** | **26,9** | **123,2** | **893,0** |  | **104-91** |
| 1 | 3 | **Обед** | 1 блюдо | Борщ из свежей капусты с картофелем | 1/250 | 2,3 | 6,7 | 13,4 | 122,2 | 110 | 19-75 |
| 2 блюдо | Тефтели мясные с соусом | 60/50 | 9,7 | 13,0 | 13,1 | 206,6 | 422 | 38-72 |
| гарнир | Каша гречневая рассыпная | 1/150 | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 279,0 | 508 | 16-24 |
| 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 | - | 3-85 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого** |  | **740** | **22,8** | **27,9** | **98,9** | **736,8** |  | **82-74** |
| **1** | **3** | **Итого за день:** | |  | **1240** | **60,9** | **54,8** | **222,1** | **1629,8** |  | **187-65** |