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

 Белова И.С.

 22 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** | **Цена** |
| 1 | 4 | **Завтрак** | гор. блюдо | Биточек мясной | 1/50 | 7,8 | 7,1 | 8,0 | 130,5 | 451 | 38-72 |
|  | Макаронные изделия отварные | 1/180 | 6,1 | 10,9 | 41,0 | 293,4 | 516 | 18-75 |
| гор. напиток | Компот из апельсина | 1/200 | 0,4 | 0 | 49,6 | 142,0 | 631 | 15-11 |
| хлеб | Хлеб пшеничный | 1/30 | 2,4 | 0,1 | 15,4 | 78,6 | - | 6-29 |
| фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Овощи по сезону | 1/40 | 0,4 | - | 0,6 | 7,0 | 576 | 7-41 |
| **итого** |  | **500** | **17,1** | **18,1** | **132,7** | **651,5** |  | **86-28** |
| 1 | 4 | **Обед** | 1 блюдо | Суп картофельный с яйцом | 1/250 | 5,6 | 5,8 | 20,5 | 152,3 | 133 | 21-75 |
| 2 блюдо | Рагу из курицы | 1/200 | 14,6 | 12,2 | 17,3 | 237,7 | 289 | 53-21 |
| гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
| напиток | Чай с сахаром | 1/200 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 685 | 4-18 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб. черн. | Хлеб ржаной | 1/60 | 3,8 | 0,6 | 29,6 | 138,0 | - | 3-85 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого** |  | **710** | **24,2** | **18,7** | **82,4** | **588,0** |  | **82-99** |
| **1** | **4** | **Итого за день:** |  | **1210** | **41,3** | **36,8** | **215,1** | **1239,5** |  | **169-27** |