Школа МБОУ "Азамат-Юртовская СШ"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория 7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Котлета куриная
				Картофельное пюре
			гор.напиток	Чай с лимоном
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
			итого	
1	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми №113
			2 блюдо	Греча отварная №4.3
			гарнир	Котлета куриная
			напиток	Чай с лимоном №459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
1	1	**Итого за день:**		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая с изюмом
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
			итого	
1	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп-пюре из картофеля №131
			2 блюдо	Рис отварной №304
			гарнир	Сосиски "Особые халяль"
			напиток	Чай с лимоном №459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
1	2	**Итого за день:**		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Омлет с сыром
				Масло сливочное (Порциями)
			гор.напиток	Чай с лимоном
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко

			итого	
1	3	Обед	закуска	Салат из моркови с сухофруктами №24
			1 блюдо	Борщ №81
			2 блюдо	Макаронные изделия отварные с маслом №203
			гарнир	Сметана
			напиток	Чай с лимоном №459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
1	3	**Итого за день:**		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рис припущенный
				Сосиски "Особые халяль"
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
			итого	
1	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп гороховый №127
			2 блюдо	Картофельное пюре №377
			гарнир	Котлета куриная
			напиток	Чай с лимоном №459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
1	4	**Итого за день:**		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная
				Картофельное пюре
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Масло сливочное (Порциями)
			итого	
1	5	Обед	закуска	Салат из свеклы с яблоками №28
			1 блюдо	Суп картофельный №112
			2 блюдо	Плов с курицей №291
			гарнир	
			напиток	Чай с лимоном №459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	

			итого	
1	5	**Итого за день:**		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная
				Рис отварной
			гор.напиток	Чай с лимоном
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Масло сливочное (Порциями)
				Булочка домашняя
			итого	
2	1	Обед	закуска	Салат из квашеной капусты с луком №9
			1 блюдо	Борщ со свежей капустой и томатом №83
			2 блюдо	Макаронные изделия отварные с маслом №203
			гарнир	
			напиток	Чай с лимоном №459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
2	1	**Итого за день:**		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Сырники из творога запеченые
				Масло сливочное (Порциями)
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
				Булочка домашняя
			итого	
2	2	Обед	закуска	Сосиски "Особые халяль"
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми №102
			2 блюдо	Пюре картофельное №377
			гарнир	
			напиток	Чай с лимоном №459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
2	2	**Итого за день:**		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка из творога
				Масло сливочное (Порциями)
			гор.напиток	Чай с лимоном
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
			итого	
2	3	Обед	закуска	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком №42

			1 блюдо	Суп рисовый с мясом
			2 блюдо	Картофель и овощи тушеные в соусе №142
			гарнир	
			напиток	Чай с лимоном №459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
2	3	**Итого за день:**		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Греча отварна
				Котлета куриная
			гор.напиток	Чай с лимоном
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
			итого	
2	4	Обед	закуска	Салат из моркови с сухофруктами №24
			1 блюдо	Суп с фасолью №119
			2 блюдо	Плов с курицей №291
			гарнир	
			напиток	Чай с лимоном №459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
2	4	**Итого за день:**		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Рис отварной
				Котлета куриная
			гор.напиток	Чай с лимоном
			хлеб	Хлеб пшеничный
			фрукты	Яблоко
				Масло сливочное (Порциями)
			итого	
2	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп гороховый №127
			2 блюдо	Рис отварной №304
			гарнир	Котлета куриная
			напиток	Чай с лимоном №459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
			итого	
2	5	**Итого за день:**		
		Среднее значение за период:		

Утвердил: должность Директор

фамилия Чемиев А.А.

дата 1 (день) 9 (месяц) 2026 (год)

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
70	6,65	12,6	19,6	218,4		81,25
100	2,7	4	5,8	70	377	
200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	
80	1,5	0,5	21	94,5	338	
500	14,82	17,7	80,04	538,74		81,25
						81,25
200	5,04	2,86	11,68	92,62	113	
150	8,59	6,09	38,64	243,73		
90	8,58	16,25	25,28	281,69		
180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	
80	6,32	0,8	38,64	187,04	878	
700	28,56	26,09	122,79	840,21		81,25
1200	43,38	43,79	202,83	1378,95		162,5
170	4,93	8,81	38,85	254,41	177	81,25
200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	
80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
500	11,59	11,06	95,69	528,66		81,25
						81,25
200	4,64	4,76	13,72	116,28	131	
150	3,64	5,37	36,69	209,65	304	
90	8,55	12,15	2,47	153,43		
180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	
80	6,32	0,8	38,64	187,04	878	
700	23,18	23,17	100,07	701,53		81,25
1200	34,77	34,23	195,76	1230,19		162,5
150	16,87	23,25	2,81	287,97	275	81,25
10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
60	4,73	0,6	24,14	120,88	878	
80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	

500	22,91	32,55	53,38	598,11		81,25
60	0,72	3,66	9,72	74,7	24	81,25
250	9,1	10,85	8,56	168,29	81	
150	5,46	5,79	30,46	195,79	203	
10	0,25	2	0,34	20,36		
180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	
50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	
700	19,5	22,89	81,77	611,09		81,25
1200	42,41	55,44	135,15	1209,2		162,5
100	2,43	2,87	24,45	133,35	305	81,25
50	4,75	6,75	1,37	85,23	405	
200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
70	5,52	0,7	33,8	163,58	878	
80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
500	15,42	12,07	92,32	539,59		81,25
						81,25
200	5,92	2,62	12,62	97,74	127	
150	4,05	6	8,7	105	377	
90	8,58	16,25	25,28	281,69		
180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	
80	6,32	0,8	38,64	187,04	878	
700	24,9	25,76	93,79	706,6		81,25
1200	40,32	37,83	186,11	1246,19		162,5
90	15,6	0,6	0,96	71,64		81,25
150	4,04	6	8,7	104,96	377	
200	0,03	0,1	9,5	39,02	378	
50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	
10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
500	23,69	15,4	43,43	407,08		81,25
70	0,7	4,2	7,7	71,4	28	81,25
200	2,6	2,7	8,6	69,1	112	
150	13,56	8,38	28,58	243,98	291	
180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	
100	7,89	1	48,29	233,72	878	

700	24,78	16,37	101,72	653,33		81,25
1200	48,47	31,77	145,15	1060,41		162,5
75	13	0,5	0,8	59,7		81,25
100	2,43	3,58	24,46	139,78	304	
200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	
15	0,12	12,3	0,19	111,94	14	
60	4,2	6,7	27,8	188,3	274	
500	23,72	23,68	86,89	655,56		81,25
100	1,6	6	8,2	94	9	81,25
200	5,01	3,8	12	190	83	
150	5,46	5,79	30,46	195,79	203	
180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	
70	5,53	0,7	33,81	163,66	878	
700	17,63	16,38	93,02	678,58		81,25
1200	41,35	40,06	179,91	1334,14		162,5
100	15,8	5,3	17,9	182,5		81,25
10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	
80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
60	4,2	6,7	27,8	188,3	274	
500	26,74	22,45	102,67	719,69		81,25
90	8,55	12,15	2,47	153,43		81,25
200	6,39	3,22	13,23	108,46	102	
150	4,05	6	8,7	105	377	
180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	
70	5,53	0,7	33,81	163,66	878	
690	24,55	22,16	66,76	565,68		81,25
1190	51,29	44,61	169,43	1285,37		162,5
150	23,85	11,55	22,5	289,35		81,25
10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
60	4,73	0,6	24,14	120,88	878	
80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
500	29,89	20,85	73,07	599,49		81,25
60	1,05	3,71	5,55	59,79	42	81,25

250	10,1	6,7	18,88	176,22		
150	3,26	12,59	22,66	216,99	142	
180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	
70	5,53	0,7	33,81	163,66	878	
710	19,97	23,79	89,45	651,79		81,25
1210	49,86	44,64	162,52	1251,28		162,5
100	5,73	4,06	25,76	162,5	4,3	81,25
70	6,65	12,6	19,6	218,4		
200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	
80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
500	17,55	17,66	95,8	612,34		81,25
70	0,84	4,27	11,34	87,15	24	81,25
200	5,72	19,4	17,49	170,44	119	
150	13,56	8,38	28,58	243,98	291	
180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	
70	5,53	0,7	33,81	163,66	878	
670	25,68	32,84	99,77	700,36		81,25
1170	43,23	50,5	195,57	1312,7		162,5
100	2,43	3,58	24,46	70	304	81,25
70	6,65	12,6	19,6	218,4		
180	0,02	0,09	8,55	35,09	459	
50	3,94	0,5	24,14	120,88	878	
80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
20	0,16	16,4	0,26	74,64	14	
500	14,4	33,57	93,81	594,61		81,25
						81,25
200	5,92	2,62	12,62	97,74	127	
150	3,64	5,37	36,69	209,65	304	
90	8,58	16,25	25,28	281,69		
180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	
70	5,53	0,7	33,81	163,66	878	
690	23,7	25,03	116,95	787,87		81,25
1190	38,1	58,6	210,76	1382,48		162,5
1196	43,318	44,147	178,32	1269,09		812,5

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD028BE153028078C35510150F1B155
Владелец: Чемиев Асланбек Алхазурович
Действителен: с 07.04.2026 до 01.07.2027