

Школа

--

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	биточки
			гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	

			<i>итого</i>	
1	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	3	Итого за день:		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	4	Итого за день:		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	

			<i>итого</i>	
1	5	Итого за день:		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	1	Итого за день:		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	2	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	2	Итого за день:		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	3	Обед	закуска	
			1 блюдо	

			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	3	Итого за день:		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	4	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	4	Итого за день:		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
2	5	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
2	5	Итого за день:		
				Среднее значение за период:

0	0	0	0	0		0
260	14.72	17.38	67.13	491.72		31
80	19.72	17.89	4.76	168.2	591	48
150	2.97	2.9	21.14	122.4	302	15
50	3.07	1.07	20.9	107.2	8	3
280	25.76	21.86	46.8	397.8		66
0	0	0	0	0		0
280	25.76	21.86	46.8	397.8		66
80	12.44	9.24	12.56	183	608	29
180	13	3.53	28.6	200.55	13	3.5
200	4	3.54	17.57	118.6	382	11.04
50	3.07	1.07	20.9	107.2	8	3
100	1	0.4	2.3	21	338	18
610	33.51	17.78	81.93	630.35		64.54
0	0	0	0	0		0
610	33.51	17.78	81.93	630.35		64.54
80	12.44	9.24	12.56	183	608	29
100	5.82	9.74	50	298.47	304	4.5
200	0	0	15.3	49	648	3.8
50	3.07	1.07	20.9	107.2	8	3
430	21.33	20.05	98.76	637.67		40.3

0	0	0	0	0		0
430	21.33	20.05	98.76	637.67		40.3
60	8.87	9.83	11.71	171	286	18
150	5.52	4.52	26.45	168.45	536	3.5
200	4.8	4.8	24.92	159.56	45	4
50	3.07	1.07	20.9	107.2	8	3
460	22.26	20.22	83.98	606.21		28.5
0	0	0	0	0		0
460	22.26	20.22	83.98	606.21		28.5
80	23.8	19.52	5.74	203	591	48
150	3.06	4.08	20.45	137.25	536	10
50	3.07	1.07	20.9	107.2	8	3
280	29.93	24.67	47.09	447.45		61
0	0	0	0	0		0
280	29.93	24.67	47.09	447.45		61
399	24.888	19.252	72.003	532.86		53.051