



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ «ВОЛХОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5»
(стоимость 117,00)

« 22 » марта 2022 г

Возрастная категория 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
День 7								
Завтрак	Запеканка из творога	150	25,6	16,1	25	347,8	54-1г	35,81
	Молоко сгущенное	20	1,5	1,7	11,3	65,6	т/к	3,80
	Чай с сахаром	200	0,1	0	10	43	2004	1,42
	Яблоко свежее	130	0,6	0,5	15,3	70,5	т/к	17,33
Итого за завтрак:		500	27,8	18,9	61,6	526,9		
Обед	Винегрет овощной	60	1	2,8	6,7	54	71	7,28
	Суп с макаронными изделиями и картофелем, с курицей	200	2,4	4,2	13,1	101,2	140	7,75
	Биточек рубленый из мяса птицы (курица)	90	11,4	10,2	9,6	171,7	498	27,86
	Соус томатный	30	0,3	1,6	2,2	20,7	593	1,75
	Каша перловая рассыпчатая	150	4,6	6,7	31,5	209	297	5,20
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	28,1	109	639	5,10
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
Итого за обед:		760	23,6	26,8	108,2	756,2		
Итого за 7 день:		1260	51,4	45,7	169,8	1283,1		117,00

Возрастная категория 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
День 7								
Завтрак	Запеканка из творога	200	34,1	21,7	33,3	452,6	54-1г	47,72
	Молоко сгущенное	20	1,5	1,7	11,3	65,6	т/к	3,80
	Чай с сахаром	200	0,1	0	10	43	2004	1,42
	Яблоко свежее	130	0,6	0,5	15,3	70,5	т/к	17,33
Итого за завтрак:		550	36,3	24,5	80,2	631,7		
Обед	Винегрет овощной	100	1,6	4,6	11,1	90,2	71	12,13
	Суп с макаронными изделиями и картофелем, с курицей	250	3	5,3	16,4	126,5	140	9,21
	Биточек рубленый из мяса птицы (курица)	100	12,5	11,2	10,5	188,8	498	30,96
	Соус томатный	30	0,3	1,6	2,2	20,7	593	1,75
	Каша перловая рассыпчатая	180	5,5	8,1	37,8	250,8	297	6,35
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	28,1	109	639	5,10
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
Итого за обед:		890	26,8	32,1	123,1	876,6		
Итого за 7 день:		1440	63,1	56,6	203,3	1508,3		117,00

Зав. производством _____ 