

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №5"

К.А. Степанова

(подпись)



Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)



**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**

и « 19 » декабря 20 23

День 2:

Вторник

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологическо	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,25	11,7	6,1	29,7	226,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,70	0,0	0,0	9,8	40,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	10,10	3,1	9,4	20,6	184,6
2008		МАНДАРИН	100	19,96	0,8	0,2	7,5	35,9
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>44,01</b>	<b>15,60</b>	<b>15,70</b>	<b>67,60</b>	<b>487,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>14,80</b>	<b>6,0</b>	<b>5,0</b>	<b>9,4</b>	<b>109,6</b>

<b>Обед</b>								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	15,01	5,0	9,0	29,4	224,7
2011	284	ФРИКАСЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	100	38,73	13,6	11,2	15,9	225,1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	9,30	3,6	4,7	37,7	213,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>80,99</b>	<b>24,20</b>	<b>25,20</b>	<b>103,50</b>	<b>757,93</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>45,80</b>	<b>45,90</b>	<b>180,50</b>	<b>1 354,70</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	

Возрастная категория:

12 лет и старше

**Завтрак**

2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	11,86	15,7	10,4	46,4	351,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	10,10	3,1	9,4	20,6	184,6
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>34,46</b>	<b>19,20</b>	<b>20,20</b>	<b>86,50</b>	<b>621,23</b>
<b>Обед</b>								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	11,72	5,0	9,0	29,4	224,7
2011	284	ФРИКАСЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	100	40,68	13,6	11,2	15,9	225,1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	10,89	5,9	7,3	37,7	246,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	21,6	88,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>850</b>	<b>90,54</b>	<b>26,90</b>	<b>27,90</b>	<b>116,90</b>	<b>349,05</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>125,00</b>	<b>27,30</b>	<b>28,30</b>	<b>126,70</b>	<b>394,59</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	