

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская средняя общеобразовательная школа №5"

О.П. Бурдакова
(подпись)

Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

(подпись)

А.В. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 108 руб.

« 15 » октября 2021

День 5: Пятница
Неделя: Первая
Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур 2004г.
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Оладьи со сгущенным молоком	180/30	17,03	15,01	20,6	31,2	381,04	733
Кофейный напиток	200	8,5	4,60	1,67	19,20	113,11	692
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	130	13,56	0,80	0,80	18,60	86,98	338/2011
Итого за завтрак	530	39,09	20,41	23,07	69,00	581,13	
ОБЕД							
Доп.гарнир помидор свежий	30	8,8	0,24	0,03	0,84	4,71	71/2011г.
Суп картофельный с свежей рыбой	250	13,49	8,71	3,28	14,56	125,91	138
Котлета "Особая" из говядины	100	31,52	12,33	17,3	11,1	256,95	452
Рис припущенный с маслом сливочным	150	7,71	3,67	5,42	36,67	215,80	511
Компот из сухофруктов	200	4,49	1,16	0,30	47,26	201,31	639
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,9	2,24		0,44	10,99	п/п
Итого за обед	770	68,91	28,35	26,33	110,87	815,67	
Итого за день		108,00	48,76	49,40	179,87	1396,80	
Среднее значение за период:			24,38	24,70	89,94	698,40	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур 2004г.
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Оладьи со сгущенным молоком	210	17,03	15,01	20,6	31,2	381,04	733
Кофейный напиток	200	8,5	4,60	1,67	19,20	113,11	692
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	140	14	0,80	0,80	18,60	86,98	338/2011
Итого за завтрак	550	39,53	20,41	23,07	69,00	581,13	
ОБЕД							
Доп.гарнир помидор свежий	30	8,8	0,24	0,03	0,84	4,71	71/2011г.
Суп картофельный с свежей рыбой	250	12,68	8,71	3,28	14,56	125,91	138
Котлета "Особая" из говядины	100	31,52	12,33	17,3	11,1	256,95	452
Рис припущенный с маслом сливочным	180	7,16	4,4	5,42	44,1	249,26	511
Компот из сухофруктов	200	4,49	1,16	0,30	47,26	201,31	639
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,82	2,24		0,44	10,99	п/п
Итого за обед	800	68,47	29,08	26,33	118,30	849,13	
Итого за день		108,00	49,49	49,40	187,30	1430,26	
Среднее значение за период:			24,75	24,70	93,65	715,13	