

Согласовано:
 Директор
 МОБУ "Волховская СОШ №5"
 К.А. Степанова
 (подпись)

Утверждаю:
 Директор
 ООО "Перспектива"
 А.В. Смирнов
 (подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« 30 » ноября 2023

День 9: Четверг
 Неделя: Вторая
 Возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,86	12,5	6,4	32,3	243,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	8,70	2,3	9,1	15,5	157,5
2008		ЯБЛОКО	130	13,00	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			520	33,06	15,3	16,0	70,2	499,4
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,5
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,5

Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	17,67	2,1	6,6	28,1	185,2
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	55,22	18,1	17,3	42,2	408,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,05	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			730	91,94	23,4	24,5	105,0	754,3
Всего за день:				139,80	44,7	45,5	184,6	1363,3
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория: 12 лет и старше								
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	10,88	15,8	9,7	42,6	329,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,3
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	8,70	2,3	9,1	15,5	157,5
2008		ЯБЛОКО	110	13,00	0,5	0,5	12,7	58,3
Итого за прием пищи:			550	35,08	18,6	19,3	80,5	585,3
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	13,86	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	14,59	5,1	9,4	28,1	223,5
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	55,22	18,1	17,3	42,2	408,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	2,50	0,2	0,2	18,5	78,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,75	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			800	89,92	27,4	27,5	114,1	835,9
Всего за день:				125,00	46,0	46,8	194,6	421,7
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	10,88	15,8	9,7	42,6	329,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,3
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	8,70	2,3	9,1	15,5	157,5
2008		ЯБЛОКО	110	13,00	0,5	0,5	12,7	58,3
Итого за прием пищи:			550	35,08	18,6	19,3	80,5	585,3
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	13,86	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	14,59	5,1	9,4	28,1	223,5
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	55,22	18,1	17,3	42,2	408,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	2,50	0,2	0,2	18,5	78,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,75	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			800	89,92	27,4	27,5	114,1	835,9
Всего за день:				125,00	46,0	46,8	194,6	421,7
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	