

Согласовано:
Директор
МОБУ "Волховская СОШ №5"

К.А. Степанова

(подпись)

Утверждаю :

Директор
ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 344,85 руб.

День 8:

Неделя:

Возрастная категория:

Вторая

7-11 лет

« 25 » июня

20 25

Сборник рецептур		№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак									
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	8,35	5,4	4,8	24,3	166,4	
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	90	34,78	11,8	16,1	13,3	252,6	
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,82	0,3	0,1	15,2	64,5	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0	
2008	344	НЕКТАРИН	180	63,00	1,9	0,5	15,5	76,0	
Итого за прием пищи:			652	112,01	20,70	21,70	76,80	601,56	
Обед									
2011	29	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	100	22,64	0,8	2,2	7,6	54,9	
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ , КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/25/10	38,99	5,4	6,8	17,8	158,4	
2008	260	АЗУ	200	74,77	18,1	19,2	48,1	450,0	
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	7,48	0,2	0,2	13,5	58,0	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,12	2,6	0,4	17,0	84,1	
2008		БАТОН	30	4,84	2,5	1,6	12,2	75,2	
Итого за прием пищи:			855	152,84	29,60	30,40	116,20	880,50	
Полдник									
2011	406,2	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	25,00	9,3	10,2	24,6	233,9	
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3	
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5	
Итого за прием пищи:			360	80,00	12,80	12,30	48,00	363,67	
Всего за день:				344,85	77,1	76,4	245,5	2 008,8	
Сбалансированность:				0,00	1	1	4		
Возрастная категория:				13 лет и старше					

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептур		№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак									
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	9,33	6,5	5,7	41,2	248,4	
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	38,64	13,1	17,8	13,8	275,8	
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,3	0,1	15,2	64,5	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0	
2008	344	НЕКТАРИН	180	63,00	1,9	0,5	15,5	76,0	
Итого за прием пищи:			680	116,85	23,10	24,30	94,15	706,72	
Обед									
2011	29	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	100	22,64	0,8	2,2	7,6	54,9	
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/25/5	34,15	5,4	6,8	17,8	158,4	
2008	260	АЗУ	200	74,77	18,1	19,2	48,1	450,0	
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	7,48	0,2	0,2	13,5	58,0	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,12	2,6	0,4	17,0	84,1	
2008		БАТОН	30	4,84	2,5	1,6	12,2	75,2	
Итого за прием пищи:			845	148,00	29,60	30,40	116,20	880,50	
Полдник									
2011	406,2	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	25,00	9,3	10,2	24,6	233,9	
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3	
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5	
Итого за прием пищи:			360	80,00	12,80	12,30	48,00	363,67	
Всего за день:				344,85	77,1	76,4	245,5	2 008,8	
Сбалансированность:				0,00	1	1	4		