

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская средняя общеобразовательная школа №5"

О.П. Бурдакова

(подпись)

Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 108 руб.

« 26 » ноября 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	