

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

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

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« 05 » декабря 2023

День 2: Вторник
 Неделя: Первая
 Возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологическо	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,25	11,7	6,1	29,7	226,5
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
Итого за прием пищи:			500	44,01	15,60	15,70	67,60	487,13
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
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
Итого за прием пищи:			780	80,99	24,20	25,20	103,50	757,93
Всего за день:				139,80	45,80	45,90	180,50	1 354,70
Сбалансированность:				0,00	1	4	4	

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
Итого за прием пищи:			550	34,46	19,20	20,20	86,50	621,23
Обед								
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
Итого за прием пищи:			850	90,54	26,90	27,90	116,90	349,05
Всего за день:				125,00	27,30	28,30	126,70	394,59
Сбалансированность:				0,00	1	4	4	