



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
 МОБУ «ВОЛХОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5»
 (стоимость 125,00)

« 12 » сентября 2022 г

Возрастная категория 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
День 1								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7	8,6	33,1	238	311	17,81
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52	т/к	3,00
	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	57	337	12,06
	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,5	94	693	15,50
	Кондитерское изделие (печенье)	40	2,5	3,4	15,3	101	т/к	8,25
Итого за завтрак:		500	19,1	19,7	72,5	542		
Обед	Морковь с сахаром	60	1	0,1	8,9	41	11	5,27
	Щи из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной	205	2,1	6,7	12	115	124	10,22
	Курица тушеная в сметанном соусе	100	11,8	10,8	6,4	161	301	33,21
	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,8	32	194	332	8,93
	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	25	103	631	5,75
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	91	т/к	5,00
Итого за обед:		745	23,8	23,7	101,3	705		
Итого за 1 день:			42,9	43,4	173,8	1291		125,00

Возрастная категория 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
День 1								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	250	8,8	10,8	41,4	296	311	22,12
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52	т/к	3,00
	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	57	337	12,06
	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,5	94	693	15,50
	Кондитерское изделие (печенье)	40	2,5	3,4	15,3	101	т/к	8,25
Итого за завтрак:		550	20,9	21,9	80,8	600		
Обед	Морковь с сахаром	100	2	0,2	14,9	68	78	8,76
	Щи из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной	255	2,6	8,4	16	149	124	12,37
	Курица тушеная в сметанном соусе	100	11,8	10,8	6,4	161	301	33,21
	Макаронные изделия отварные	180	6,8	6	43	253	332	10,68
	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	25	103	631	5,75
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	91	т/к	5,00
Итого за обед:		865	26,4	26,7	122,3	825		
Итого за 1 день:			47,3	48,6	203,1	1425		125,00

Зав. производством _____