

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.**

« 21 » сентября 2021

День 8:

Вторник

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

| Наименование блюда                       | Масса порции | Цена          | Пищевые вещества (гр) |              |               | Энергетическая ценность (Ккал) | № рецептур 2004г. |
|--|--------------|---------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------------|
|  |              |               | Б                     | Ж            | У             |                                |                   |
| <b>ЗАВТРАК</b>                           |              |               |                       |              |               |                                |                   |
| Запеканка творожная со сгущенным молоком | 180/20       | 31,83         | 20,03                 | 23,09        | 56,66         | 529,17                         | 366               |
| Чай с сахаром                            | 200          | 2,1           | 0,53                  |              | 9,47          | 41,00                          | 684               |
| Яблоко                                   | 100          | 10            | 0,40                  | 0,40         | 9,30          | 43,49                          | 338/2011          |
| <b>Итого за завтрак</b>                  | <b>500</b>   | <b>43,93</b>  | <b>20,96</b>          | <b>23,49</b> | <b>75,43</b>  | <b>613,66</b>                  |                   |
| <b>ОБЕД</b>                              |              |               |                       |              |               |                                |                   |
| Доп.гарнир огурец соленый                | 30           | 4,67          | 0,67                  | 0,03         | 0,51          | 5,12                           | 576               |
| Борщ из свежей капусты со сметаной       | 250/10       | 10,19         | 3,25                  | 8,3          | 13,75         | 146,89                         | 109               |
| Греча рассыпчатая с маслом сливочным     | 150          | 8,72          | 8,9                   | 4,1          | 29,8          | 196,80                         | стр 246           |
| Тефтели в сметанном соусе                | 100/20       | 31,95         | 9,17                  | 14,25        | 24,15         | 269,14                         | 461/600           |
| Компот из сухофруктов                    | 200          | 4,49          | 1,16                  | 0,30         | 47,26         | 201,31                         | 639               |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | 40           | 4,05          | 2,24                  |              | 0,44          | 10,99                          | п/п               |
| <b>Итого за обед</b>                     | <b>790</b>   | <b>64,07</b>  | <b>25,39</b>          | <b>26,98</b> | <b>115,91</b> | <b>830,24</b>                  |                   |
| <b>Итого за день</b>                     |              | <b>108,00</b> | <b>46,35</b>          | <b>50,47</b> | <b>191,34</b> | <b>1443,90</b>                 |                   |
| <b>Среднее значение за период:</b>       |              |               | <b>23,18</b>          | <b>25,24</b> | <b>95,67</b>  | <b>721,95</b>                  |                   |

Возрастная категория:

12 лет и старше

| Наименование блюда                       | Масса порции | Цена          | Пищевые вещества (гр) |              |               | Энергетическая ценность (Ккал) | № рецептур 2004г. |
|--|--------------|---------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------------|
|  |              |               | Б                     | Ж            | У             |                                |                   |
| <b>ЗАВТРАК</b>                           |              |               |                       |              |               |                                |                   |
| Запеканка творожная со сгущенным молоком | 180/20       | 31,83         | 20,03                 | 23,09        | 56,66         | 529,17                         | 366               |
| Чай с сахаром                            | 200          | 2,1           | 0,53                  |              | 9,47          | 41,00                          | 684               |
| Яблоко                                   | 150          | 15            | 0,40                  | 0,40         | 9,30          | 43,49                          | п/п               |
| <b>Итого за завтрак</b>                  |              | <b>48,93</b>  | <b>20,96</b>          | <b>23,49</b> | <b>75,43</b>  | <b>613,66</b>                  |                   |
| <b>ОБЕД</b>                              |              |               |                       |              |               |                                |                   |
| Доп.гарнир огурец соленый                | 30           | 4,67          | 0,67                  | 0,03         | 0,51          | 5,12                           | 576               |
| Борщ из свежей капусты                   | 250          | 8,19          | 3,25                  | 8,3          | 13,75         | 146,89                         | 109               |
| Греча рассыпчатая с маслом сливочным     | 180          | 10,46         | 10,67                 | 4,9          | 35,75         | 235,89                         | стр 246           |
| Тефтели в сметанном соусе                | 100/20       | 31,95         | 9,17                  | 14,25        | 24,15         | 269,14                         | 461/600           |
| Компот из сухофруктов                    | 200          | 2,1           | 1,16                  | 0,30         | 47,26         | 201,31                         | 639               |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | 25           | 1,7           | 2,24                  |              | 0,44          | 10,99                          | п/п               |
| <b>Итого за обед</b>                     | <b>805</b>   | <b>59,07</b>  | <b>27,16</b>          | <b>27,78</b> | <b>121,86</b> | <b>869,34</b>                  |                   |
| <b>Итого за день</b>                     |              | <b>108,00</b> | <b>48,12</b>          | <b>51,27</b> | <b>197,29</b> | <b>1482,99</b>                 |                   |
| <b>Среднее значение за период:</b>       |              |               | <b>24,06</b>          | <b>25,64</b> | <b>98,65</b>  | <b>741,50</b>                  |                   |