

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.

« 06 » июня 2015

День 5:

Неделя:

Возрастная категория:

пятница  
первая  
7-11 лет

| 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                  | 222                     | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150/20       | 76,12      | 9,8              | 13,1    | 28,4        | 278,5                         |
| 2011                  | 382                     | КАКАО С МОЛОКОМ                                     | 200          | 16,00      | 3,8              | 3,0     | 14,7        | 103,8                         |
| 2008                  |                         | БАТОН                                               | 50           | 7,90       | 6,3              | 4,0     | 30,6        | 188,5                         |
| 2008                  |                         | ЯБЛОКО                                              | 170          | 25,88      | 0,6              | 0,6     | 14,7        | 68,3                          |
| Итого за прием пищи:  |                         |                                                     | 600          | 125,90     | 20,50            | 20,70   | 88,40       | 639,00                        |
| Обед                  |                         |                                                     |              |            |                  |         |             |                               |
| 2011                  | 34                      | САЛАТ ЛЕТНИЙ                                        | 100          | 24,40      | 3,3              | 7,9     | 6,9         | 115,3                         |
| 2011                  | 101                     | СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ                                 | 250/25       | 29,08      | 8,4              | 7,5     | 35,6        | 250,2                         |
| 2011                  | 304                     | РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                     | 150          | 16,91      | 5,3              | 6,4     | 40,9        | 248,9                         |
| 2008                  | 256                     | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                              | 90/50        | 64,49      | 10,8             | 8,1     | 4,7         | 138,9                         |
| 2008                  | 438                     | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                                    | 200          | 4,95       | 0,1              | 0,1     | 12,1        | 51,0                          |
| 2008                  |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 40           | 4,12       | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 84,1                          |
| Итого за прием пищи:  |                         |                                                     | 905          | 143,95     | 30,50            | 30,40   | 117,20      | 888,29                        |
| Полдник               |                         |                                                     |              |            |                  |         |             |                               |
| 2011                  | 406.2                   | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ                  | 60           | 20,00      | 7,3              | 9,2     | 28,6        | 232,8                         |
| 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          | 75,00      | 10,80            | 11,30   | 52,00       | 362,57                        |
| Всего за день:        |                         |                                                     |              | 344,85     | 61,80            | 62,40   | 257,60      | 1 889,86                      |
| Сбалансированность:   |                         |                                                     |              | 0,00       | 1                | 1       | 4           |                               |
| Возрастная категория: |                         |                                                     |              |            |                  |         |             |                               |

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                 | 222                     | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150/20       | 76,12      | 9,8              | 13,1    | 28,4        | 278,5                         |
| 2011                 | 382                     | КАКАО С МОЛОКОМ                                     | 200          | 16,00      | 3,8              | 3,0     | 14,7        | 103,8                         |
| 2008                 |                         | БАТОН                                               | 50           | 7,90       | 6,3              | 4,0     | 30,6        | 188,5                         |
| 2008                 |                         | ЯБЛОКО                                              | 150          | 22,50      | 0,6              | 0,6     | 14,7        | 68,3                          |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                     | 570          | 122,52     | 20,50            | 20,70   | 88,40       | 639,00                        |
| Обед                 |                         |                                                     |              |            |                  |         |             |                               |
| 2011                 | 34                      | САЛАТ ЛЕТНИЙ                                        | 100          | 24,40      | 3,3              | 7,9     | 6,9         | 115,3                         |
| 2011                 | 101                     | СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ                                 | 250/25       | 29,08      | 8,4              | 7,5     | 35,6        | 250,2                         |
| 2011                 | 304                     | РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                     | 180          | 20,29      | 6,4              | 7,7     | 49,1        | 299,2                         |
| 2008                 | 256                     | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                              | 90/50        | 64,49      | 10,8             | 8,1     | 4,7         | 138,9                         |
| 2008                 | 438                     | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                                    | 200          | 4,95       | 0,1              | 0,1     | 12,1        | 51,0                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 40           | 4,12       | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 84,1                          |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                     | 930          | 147,33     | 31,60            | 31,70   | 125,40      | 938,51                        |
| Полдник              |                         |                                                     |              |            |                  |         |             |                               |
| 2011                 | 406.2                   | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ                  | 60           | 20,00      | 7,3              | 9,2     | 28,6        | 232,8                         |
| 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          | 75,00      | 10,80            | 11,30   | 52,00       | 362,57                        |
| Всего за день:       |                         |                                                     |              | 344,85     | 62,90            | 63,70   | 265,80      | 1 940,08                      |
| Сбалансированность:  |                         |                                                     |              | 0,00       | 1                | 1       | 4           |                               |

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №5"

(подпись)

К.А. Степанова

Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)

# Меню приготавливаемых блюд стоимостью 270 руб.

« 06 » июль 20 20

День 5:

Неделя:

Возрастная категория:

пятница

первая

7-11 лет

| Сборник рецептов      |     | № техноло-<br>гической<br>карты                     | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |             |          | Энергети-<br>ческая<br>ценность, ккал |
|-----------------------|-----|-----------------------------------------------------|--------------------------------|--------------|------------|------------------|-------------|----------|---------------------------------------|
| Белки, г              |     |                                                     |                                |              |            | Жиры, г          | Углеводы, г |          |                                       |
| Завтрак               |     |                                                     |                                |              |            |                  |             |          |                                       |
| 2011                  | 222 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150/20                         | 76,12        | 9,8        | 13,1             | 28,4        | 278,5    |                                       |
| 2011                  | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ                                     | 200                            | 16,00        | 3,8        | 3,0              | 14,7        | 103,8    |                                       |
| 2008                  |     | БАТОН                                               | 50                             | 7,90         | 6,3        | 4,0              | 30,6        | 188,5    |                                       |
| 2008                  |     | ЯБЛОКО                                              | 170                            | 26,03        | 0,6        | 0,6              | 14,7        | 68,3     |                                       |
| Итого за прием пищи:  |     |                                                     | 590                            | 126,05       | 20,50      | 20,70            | 88,40       | 639,00   |                                       |
| Обед                  |     |                                                     |                                |              |            |                  |             |          |                                       |
| 2011                  | 34  | САЛАТ ЛЕТНИЙ                                        | 100                            | 24,40        | 3,3        | 7,9              | 6,9         | 115,3    |                                       |
| 2011                  | 101 | СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ                                 | 250/25                         | 29,08        | 8,4        | 7,5              | 35,6        | 250,2    |                                       |
| 2011                  | 304 | РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                     | 150                            | 16,91        | 5,3        | 6,4              | 40,9        | 248,9    |                                       |
| 2008                  | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                              | 90/50                          | 64,49        | 10,8       | 8,1              | 4,7         | 138,9    |                                       |
| 2008                  | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                                    | 200                            | 4,95         | 0,1        | 0,1              | 12,1        | 51,0     |                                       |
| 2008                  |     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 40                             | 4,12         | 2,6        | 0,4              | 17,0        | 84,1     |                                       |
| Итого за прием пищи:  |     |                                                     | 905                            | 143,95       | 30,50      | 30,40            | 117,20      | 888,29   |                                       |
| Всего за день:        |     |                                                     |                                | 270,00       | 51,00      | 51,10            | 205,60      | 1 527,29 |                                       |
| Сбалансированность:   |     |                                                     |                                | 0,00         | 1          | 1                | 4           |          |                                       |
| Возрастная категория: |     |                                                     |                                |              |            |                  |             |          |                                       |

Возрастная категория:

12 лет и старше

| Сборник рецептов     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |                         |                                                     |              |            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак              |                         |                                                     |              |            |                  |         |             |                               |
| 2011                 | 222                     | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150/20       | 76,12      | 9,8              | 13,1    | 28,4        | 278,5                         |
| 2011                 | * 382                   | КАКАО С МОЛОКОМ                                     | 200          | 16,00      | 3,8              | 3,0     | 14,7        | 103,8                         |
| 2008                 |                         | БАТОН                                               | 50           | 7,90       | 6,3              | 4,0     | 30,6        | 188,5                         |
| 2008                 |                         | ЯБЛОКО                                              | 150          | 22,65      | 0,6              | 0,6     | 14,7        | 68,3                          |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                     | 570          | 122,67     | 20,50            | 20,70   | 88,40       | 639,00                        |
| Обед                 |                         |                                                     |              |            |                  |         |             |                               |
| 2011                 | 34                      | САЛАТ ЛЕТНИЙ                                        | 100          | 24,40      | 3,3              | 7,9     | 6,9         | 115,3                         |
| 2011                 | 101                     | СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ                                 | 250/25       | 29,08      | 8,4              | 7,5     | 35,6        | 250,2                         |
| 2011                 | 304                     | РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                     | 180          | 20,29      | 6,4              | 7,7     | 49,1        | 299,2                         |
| 2008                 | 256                     | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                              | 90/50        | 64,49      | 10,8             | 8,1     | 4,7         | 138,9                         |
| 2008                 | 438                     | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                                    | 200          | 4,95       | 0,1              | 0,1     | 12,1        | 51,0                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 40           | 4,12       | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 84,1                          |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                     | 935          | 147,33     | 31,60            | 31,70   | 125,40      | 938,51                        |
| Всего за день:       |                         |                                                     |              | 270,00     | 52,10            | 52,40   | 213,80      | 1 577,51                      |
| Сбалансированность:  |                         |                                                     |              | 0,00       | 1                | 1       | 4           |                               |