

Согласовано

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №5"

К.А. Степанова

(подпись)

Утверждаю :

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« 02 » октября 20 23

меню выбора

День 1:

Понедельник

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	150	26,76	11,4	15,3	30,1	312,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	3,3	0,4	21,2	104,2
2008		ЯБЛОКО	110	11,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	43,26	15,1	16,1	70,8	501,9
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	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	13,64	7,5	6,9	18,9	172,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРОЙ	200	49,92	14,2	17,2	57,2	452,7
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,68	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			710	81,74	23,6	24,4	100,5	735,7
Всего за день:				139,80	44,7	45,5	180,7	1 347,3
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	
Возрастная категория:				12 лет и старше				

Завтрак

2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	200	22,96	14,2	15,3	37,1	352,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,75	6,5	5,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	39,21	21,1	21,3	77,2	601,1

Обед

2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	17,23	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	11,13	7,5	6,9	18,9	172,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРОЙ	200	48,48	16,4	20,2	57,2	489,6
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	5,20	0,1	0,0	19,5	80,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,75	1,8	0,4	11,6	58,7
Итого за прием пищи:			800	85,79	27,2	27,7	115,5	842,7
Всего за день:				125,00	48,3	49,0	192,7	1 443,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	