

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №5"



К.А. Степанова

(подпись)

Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"



А.В. Смирнов

(подпись)

### Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« 18 » сентября 20 23

День 1:

Понедельник

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,93	8,9	10,2	28,6	248,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	17,98	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:			505	39,41	15,8	16,2	68,7	497,1
<b>II Завтрак</b>								
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
<b>Обед</b>								
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
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	31,98	12,7	16,1	11,4	248,5
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	21,79	2,8	2,9	45,8	226,2
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:			760	85,59	24,9	26,2	100,5	757,8
Всего за день:				139,80	46,7	47,4	178,6	1 364,6
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	
Возрастная категория:				12 лет и старше				
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	10,81	12,6	13,8	39,7	342,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	13,85	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	37,16	19,5	19,8	79,8	591,3
<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	14,13	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
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	31,98	12,7	16,1	11,4	248,5
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	24,42	4,1	4,2	55,7	284,2
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:			830	87,84	27,1	27,6	117,7	850,4
Всего за день:				125,00	46,6	47,4	197,5	1 441,6
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №5"

К.А. Степанова

(подпись)

Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**

« 18 » сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>43,26</b>	<b>15,1</b>	<b>16,1</b>	<b>70,8</b>	<b>501,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>14,80</b>	<b>6,0</b>	<b>5,0</b>	<b>9,4</b>	<b>109,6</b>
<b>Обед</b>								
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 ТУШЕНЫЙ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>710</b>	<b>81,74</b>	<b>23,6</b>	<b>24,4</b>	<b>100,5</b>	<b>735,7</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>44,7</b>	<b>45,5</b>	<b>180,7</b>	<b>1 347,3</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0,00	1	1	4	
<b>Возрастная категория:</b>			<b>12 лет и старше</b>					
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>39,21</b>	<b>21,1</b>	<b>21,3</b>	<b>77,2</b>	<b>601,1</b>
<b>Обед</b>								
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 ТУШЕНЫЙ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>800</b>	<b>85,79</b>	<b>27,2</b>	<b>27,7</b>	<b>115,5</b>	<b>842,7</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>125,00</b>	<b>48,3</b>	<b>49,0</b>	<b>192,7</b>	<b>1 443,8</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0,00	1	1	4	