

Согласовано:
Директор
МОУ "Землинская СШ"

Л.А.Токмакова

утверждаю
Директор
ИП Смирнов И.А.
И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

« 19 » 06 2023

День 4:

четверг

Неделя:

первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,10	7,6	9,7	39,3	282,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	43/20	19,97	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	343	АПЕЛЬСИН	200	50,00	1,8	0,4	16,2	77,5
Итого за прием пищи:			663	88,57	20,10	19,80	89,70	634,32
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	21,61	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	25,93	5,3	5,2	16,8	139,0
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	15,13	4,2	3,7	37,0	203,3
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	39,05	7,6	11,2	3,1	148,0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	13,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			910	126,00	27,00	28,10	117,50	853,78
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	19,03	7,6	9,1	31,8	246,2
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ	150	50,00	2,8	2,1	4,3	48,6
Итого за прием пищи:			410	94,03	11,40	11,40	55,70	381,13
Всего за день:				308,60	58,50	59,30	262,90	1 869,23
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,10	7,6	9,7	39,3	282,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	18,77	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	343	АПЕЛЬСИН	200	50,00	1,8	0,4	16,2	77,5
Итого за прием пищи:			660	87,37	20,10	19,80	89,70	634,32
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	21,61	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/7	24,11	5,3	5,2	16,8	139,0
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	18,15	5,0	4,4	44,4	243,6
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	39,05	7,6	11,2	3,1	148,0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	13,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			937	127,20	27,84	28,80	124,90	894,07
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	19,03	7,6	9,1	31,8	246,2
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ	150	50,00	2,8	2,1	4,3	48,6
Итого за прием пищи:			410	94,03	11,40	11,40	55,70	381,13
Всего за день:				308,60	59,34	60,00	270,30	1 909,52
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "Забудинская СШ"

(подпись)

Л.А.Токмакова

Утверждаю

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

« 22 » 06 2023

День 3:

Неделя:

Возрастная категория:

среда

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								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	37,99	18,6	19,4	35,5	402,2
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	11,05	1,5	1,3	22,4	110,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
2008		ЙОГУРТ	125	35,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			545	90,04	28,9	26,6	92,3	744,3
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	30,71	0,8	6,1	2,4	69,9
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	14,17	5,7	4,9	37,1	221,1
2011	265	ПЛОВ	240	67,80	20,3	19,3	53,6	482,5
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,68	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			830	126,16	29,6	30,9	123,6	915,5
Полдник								
1996	701	КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	35,00	10,2	11,1	15,2	207,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
2008	341	ГРУША	180	32,40	0,7	0,5	18,5	83,4
Итого за прием пищи:			480	92,40	11,90	11,80	53,50	377,88
Всего за день:				308,60	70,40	69,30	269,40	2 037,67
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	45,58	19,3	20,1	42,3	439,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	11,05	1,5	1,3	22,4	110,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
2008		ЙОГУРТ	125	35,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			575	97,63	29,6	27,3	99,1	781,6
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	30,71	0,8	6,1	2,4	69,9
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	14,17	5,7	4,9	37,1	221,1
2011	265	ПЛОВ	280	79,10	22,3	21,8	68,2	573,8
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,68	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			870	137,46	31,6	33,4	138,2	1 006,8
Полдник								
1996	701	КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	35,00	10,2	11,1	15,2	207,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	8,68	0,2	0,2	13,5	58,0
2008	341	ГРУША	160	29,83	0,6	0,4	17,1	76,3
Итого за прием пищи:			460	73,51	11,00	11,70	45,80	341,69
Всего за день:				308,60	72,20	72,40	283,10	2 130,05
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "Зайлинская СШ"

(подпись)

Л.А.Токмакова

Утверждаю

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

« 21 » 06 2023

День 9:

Неделя:

Возрастная категория:

четверг

вторая

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	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	37,87	12,1	14,4	18,2	258,2
2008		БИОКЕФИР	150	42,00	2,1	3,8	22,6	136,6
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
Итого за прием пищи:			550	88,37	20,5	22,2	81,1	623,0
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	18,42	0,8	6,1	2,4	69,9
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И КУРОЙ	250/10	21,77	5,6	5,4	20,5	157,2
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ	90	37,82	8,5	7,2	8,0	134,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	35,97	3,5	4,2	14,9	114,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			850	127,28	27,30	27,30	103,10	788,53
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	20,00	10,1	11,1	30,8	270,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008	340	АПЕЛЬСИН	190	47,95	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			465	92,95	11,90	11,50	57,90	393,13
Всего за день:				308,6	59,7	61,0	242,1	1 804,7
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	38,03	14,5	17,3	31,6	349,7
2008		БИОКЕФИР	150	42,00	2,1	3,8	22,6	136,6
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
Итого за прием пищи:			580	88,53	22,9	25,1	94,5	714,6
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	30,71	1,3	10,2	4,0	116,6
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И КУРОЙ	250/10	21,77	5,6	5,4	20,5	157,2
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ	100/3	42,02	14,3	9,7	11,6	196,4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	43,13	8,9	6,9	21,6	189,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			883	144,93	32,70	32,60	84,40	783,29
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	20,00	10,1	11,1	30,8	270,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008	340	МАНДАРИН	120	30,14	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			395	75,14	11,90	11,50	57,90	393,13
Всего за день:				308,60	67,50	69,18	236,80	1 891,00
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "Зайлинская СШ"
 (подпись) Л.А.Токмакова

Утверждаю

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись) Андреевич

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

« 24 » 06 2023

День 8:

Неделя:

Возрастная категория:

среда

вторая

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	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	12,13	5,4	4,8	24,3	166,4
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	90	27,49	7,3	13,1	3,3	165,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/7	4,86	0,3	0,1	15,2	64,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008	344	НЕКТАРИН	130	42,31	1,6	0,4	12,9	63,2
Итого за прием пищи:			617	91,59	17,2	18,8	72,7	543,4
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	14,95	0,8	2,2	7,6	54,9
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/25/10	33,55	5,4	6,8	15,1	147,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	26,45	10,6	4,8	45,3	273,8
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90/50	53,10	6,5	12,9	3,6	161,4
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,68	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			965	147,53	32,40	31,30	132,70	968,00
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	20,00	9,3	10,2	24,6	233,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008	340	МАНДАРИН	100	24,48	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			360	69,48	11,10	10,60	51,70	356,06
Всего за день:				308,60	77,1	76,4	245,5	2 008,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	10,15	6,4	5,7	41,2	248,0
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100/50	40,36	7,9	13,8	3,8	176,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/7	4,86	0,3	0,1	15,2	64,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			572	60,17	17,2	20,0	77,2	572,8
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	14,95	0,8	2,2	7,6	54,9
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/25/10	33,55	5,4	6,8	15,1	147,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	31,73	12,7	5,1	58,6	339,8
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100/50	59,00	7,2	13,1	4,0	167,8
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,68	0,2	0,2	13,5	58,0
2008	338	ЯБЛОКО	150	26,24	0,6	0,6	14,7	68,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			1105	178,95	29,50	28,40	130,50	920,12
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	20,00	9,3	10,2	24,6	233,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008	340	МАНДАРИН	100	24,48	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			360	69,48	11,10	10,60	51,70	356,06
Всего за день:				308,60	57,80	59,00	259,35	1 849,02
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор
МОУ "Заглинская СШ"
Л.А.Токмакова
(подпись)

Л.А.Токмакова

Утверждаю:

Директор
ИП Смирнов И.А.
И.А.Смирнов
(подпись)

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

« 28 » 08 2023

День 7:

Неделя:

вторник

вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	150/20	43,88	8,6	11,2	2,3	148,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	18,77	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	342	БАНАН	230	46,85	3,5	1,2	48,3	222,9
Итого за прием пищи:			660	112,0	22,8	22,1	84,8	646,0
Обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	25,24	1,0	6,1	3,7	76,0
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/10	23,54	8,5	6,4	41,2	263,3
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	28,31	10,8	9,1	25,3	232,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	24,99	3,1	5,4	20,3	146,2
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,72	0,1	0,0	10,1	41,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			860	111,60	26,10	27,40	117,60	843,99
Полдник								
1996	701	КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	35,00	10,2	11,1	26,9	255,3
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ВАФЛИ	50	25,00	0,8	1,0	23,2	107,7
Итого за прием пищи:			350	85,00	12	12,3	69,7	449,36
Всего за день:				308,60	60,85	61,75	272,10	1 939,37
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	180/20	46,15	8,9	11,7	2,7	156,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	18,77	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	342	БАНАН	200	40,00	3,0	1,0	32,2	153,6
Итого за прием пищи:			660	107,4	22,6	22,4	69,1	584,3
Обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	25,24	1,0	6,1	3,7	76,0
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И КУРОЙ	250/10	19,99	8,5	6,4	41,2	263,3
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	31,45	11,2	10,9	26,4	255,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	29,98	3,7	6,5	24,3	175,3
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,72	0,1	0,0	10,1	41,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			880	116,18	27,10	30,30	122,70	895,97
Полдник								
1996	701	КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	35,00	10,2	11,1	26,9	255,3
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ВАФЛИ	50	25,00	0,8	1,0	23,2	107,7
Итого за прием пищи:			350	85,00	12,00	12,30	69,70	449,36
Всего за день:				308,60	61,70	65,00	261,50	1 929,62
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "Заклинская СШ"

(подпись)

Л.А.Токмакова

Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

« 24 » 06 2023

День 6:

Неделя:

Возрастная категория:

понедельник

вторая

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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	19,50	14,2	7,9	41,8	303,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	11,10	3,8	10,6	18,4	189,6
2008	338	ЯБЛОКО	150	27,00	0,6	0,6	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			590	60,10	18,6	19,1	84,6	600,8
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	21,61	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	102	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	250/20	19,34	6,0	5,6	18,9	154,2
2011	290	ОКОРОКА КУРИНЫЕ, ОТВАРНЫЕ	100	40,32	10,9	13,2	3,6	182,2
2011	325	КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	150	64,95	1,5	1,3	29,7	140,0
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			910	163,50	28,3	28,1	112,8	839,8
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75	25,00	8,3	9,2	32,2	251,6
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ	125	35,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			400	85,00	11,8	11,3	55,6	381,4
Всего за день:				308,60	58,70	58,50	253,00	1 822,02
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	19,50	14,2	9,6	41,8	318,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	11,10	3,8	10,6	18,4	189,6
2008	338	ЯБЛОКО	110	19,95	0,4	0,4	10,8	50,1
Итого за прием пищи:			555	53,05	18,4	20,6	80,7	598,3
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	21,61	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	102	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	250/10	13,40	6,0	5,6	18,9	154,2
2011	290	ОКОРОКА КУРИНЫЕ, ОТВАРНЫЕ	100/5	40,32	10,9	23,6	3,6	278,9
2011	325	КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	180	77,94	2,3	3,6	38,9	202,4
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			935	170,55	29,1	40,8	122,0	999,0
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75	25,00	8,3	9,2	32,2	251,6
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ	125	35,00	2,5	1,9	3,8	43,5
Итого за прием пищи:			400	85,00	11,8	11,3	55,6	381,4
Всего за день:				308,60	59,34	72,74	258,28	1 978,72
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	