

Согласовано:

Директор

МОУ "Защитинская средняя школа"

Н.И. Лобанова

(подпись)

Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд

« 19 » 05 2015

Понедельник

Первая

7-11 лет

меню выбора

День 1:

Неделя:

Возрастная категория:

Сборник рецептов	№ технологической карты	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	21,84	11,4	15,3	30,1	312,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,2
2008		МАНДАРИН	100	28,97	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			500	61,2	16,0	17,0	73,0	522,3
ЗАВТРАК II								
		МОЛОКО	200	16,00	3,0	3,2	5,9	66,3
Итого за прием пищи:			200	16,00	3,00	3,20	5,90	66,25
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	12,15	7,5	5,9	18,9	163,1
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРОЙ	200	55,24	15,4	18,9	57,2	473,4
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,43	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			715	86,79	24,8	25,1	100,5	747,2
Всего за день:				164,00	40,8	42,1	173,5	1 269,5
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	
Возрастная категория:				12 лет и старше				
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	200	28,18	15,7	18,5	40,1	400,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,2
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	53,58	19,9	20,4	85,3	620,4
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	20,00	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	12,15	7,5	5,9	18,9	163,1
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРОЙ	200	55,24	15,4	18,9	57,2	473,4
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			750	94,42	25,7	25,2	107,8	781,7
Всего за день:				148,00	45,6	45,6	193,1	1 402,1
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "Заклинская средняя школа"

(подпись)



Утверждаю

Директор

И.А. Смирнов

И.А. Смирнов

(подпись)



Меню приготавливаемых блюд

« 20 » 05 20

меню выбора

День 2:

Неделя:

Возрастная категория:

Вторник

Первая

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		
Завтрак									
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	16,56	13,4	6,9	25,2	222,4	
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4,86	0,0	0,0	9,8	40,2	
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	13,32	3,1	9,4	20,6	184,6	
2008		ЯБЛОКО	190	28,50	0,8	0,8	19,6	91,1	
Итого за прием пищи:			590	63,2	17,3	17,1	75,2	538,3	
ЗАВТРАК II									
		МОЛОКО	200	16,00	3,0	3,2	5,9	66,3	
Итого за прием пищи:			200	16,00	3,00	3,20	5,90	66,25	
Обед									
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	60	9,05	0,8	3,1	4,8	51,8	
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	13,09	4,8	4,9	26,8	175,1	
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	55,38	17,6	16,7	50,4	434,1	
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5,18	0,1	0,1	16,7	69,8	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0	
Итого за прием пищи:			710	84,76	24,6	25,0	107,2	772,9	
Всего за день:				164,00	44,90	45,30	188,30	1 377,41	
Сбалансированность:				0,00	1	1	4		
Возрастная категория: 12 лет и старше									
Завтрак									
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	22,08	14,7	8,6	39,9	303,8	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8	
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	13,32	3,1	9,4	20,6	184,6	
2008		ЯБЛОКО	130	19,50	0,5	0,5	12,7	58,8	
Итого за прием пищи:			580	57,4	18,3	18,5	82,9	587,0	
Обед									
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	100	14,30	1,4	5,2	8,0	86,9	
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	13,09	4,8	4,9	26,8	175,1	
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	55,38	17,6	16,7	50,4	434,1	
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	5,75	0,1	0,1	16,7	69,8	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,08	1,3	0,2	8,5	42,0	
Итого за прием пищи:			770	90,60	25,2	27,1	110,4	808,0	
Всего за день:				148,00	25,7	27,6	123,1	1 395,0	
Сбалансированность:				0,00	1	4	4		

Согласовано:

Директор

МОУ "Заклинская средняя школа"

А.Н. Лобанова

(подпись)



Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

И.А. Смирнов

(подпись)



Меню приготавливаемых блюд

« 21 » 05 2022

меню выбора

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,
Белки, г						Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак									
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	12,99	8,4	9,9	29,5	247,5	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8	
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/20	24,81	6,5	5,6	20,6	163,2	
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5	
Итого за прием пищи:			500	55,30	15,30	15,90	69,60	495,96	
ЗАВТРАК II									
		МОЛОКО	200	16,00	3,0	3,2	5,9	66,3	
Итого за прием пищи:			200	16,00	3,00	3,20	5,90	66,25	
Обед									
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,51	1,0	1,9	3,7	36,9	
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	16,63	8,2	15,2	36,4	324,2	
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	40,09	10,2	6,1	14,9	159,6	
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	22,91	2,9	0,9	27,1	131,4	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0	
Итого за прием пищи:			780	92,70	23,6	24,3	100,3	734,0	
Всего за день:				164,00	41,9	43,4	175,8	1 296,2	
Сбалансированность:				0,00	1	1	4		
Возрастная категория: 12 лет и старше									
Завтрак									
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	18,14	12,9	13,5	39,1	338,8	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8	
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	50/5	9,84	5,1	7,4	20,6	174,2	
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5	
Итого за прием пищи:			550	45,48	18,40	21,30	79,20	598,25	
Обед									
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,17	1,5	1,9	3,7	39,0	
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	16,63	8,2	15,2	36,4	324,2	
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	40,09	10,2	6,1	14,9	159,6	
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	27,07	5,1	4,6	31,2	191,6	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0	
Итого за прием пищи:			850	102,52	26,3	28,0	104,4	796,3	
Всего за день:				148,00	44,7	49,3	183,6	1394,5	
Сбалансированность:				0,00	1	1	4		

Согласовано:

Директор

МОУ "Заклинская средняя школа"



Н.Н. Любанова

(подпись)

Утверждаю

Директор

И.А. Смирнов



И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд.

« 22 » 05

20

меню выбора

День 4:

Неделя:

Возрастная категория:

Четверг

Первая

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/20	48,43	15,8	16,2	43,1	392,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	130	19,50	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			500	70,43	16,3	16,7	65,5	490,7
ЗАВТРАК II								
		МОЛОКО	200	16,00	3,0	3,2	5,9	66,3
Итого за прием пищи:			200	16,00	3,00	3,20	5,90	66,25
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	18,17	1,9	4,3	22,6	140,4
2011	279	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ СОУСОМ СМЕТАННЫМ	110	31,71	14,7	14,9	27,1	310,0
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,66	5,4	4,8	34,4	207,8
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			770	77,57	23,9	24,3	108,5	768,8
Всего за день:				164,00	43,2	44,2	179,9	1 325,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	
Возрастная категория:				12 лет и старше				
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	40,70	18,7	19,1	64,1	517,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	170	25,50	0,8	0,8	19,6	91,1
Итого за прием пищи:			550	68,70	19,5	19,9	93,4	648,0
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	90	17,14	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	18,17	1,9	4,3	22,6	140,4
2011	279	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ СОУСОМ СМЕТАННЫМ	110	31,71	14,7	14,9	26,3	306,7
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	7,72	8,2	5,3	41,2	251,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	79,30	27,5	24,9	116,6	822,4
Всего за день:				148,00	47,0	44,8	210,0	1 470,3
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "Заклинская средняя школа"

(подпись)

Н.Н. Лобанова

Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд.

« 23 » 05

20

Пятница

Первая

7-11 лет

меню выбора

День 5:

Неделя:

Возрастная категория:

Сборник рецептур		№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
Белки, г						Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак									
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	14,05	12,8	6,1	25,6	214,2	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8	
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	13,32	3,1	9,4	20,6	184,6	
2008		ЯБЛОКО	130	19,50	0,5	0,5	12,7	58,8	
Итого за прием пищи:			530	49,37	16,4	16,0	68,6	497,3	
ЗАВТРАК II									
		МОЛОКО	200	16,00	3,0	3,2	5,9	66,3	
Итого за прием пищи:			200	16,00	3,00	3,20	5,90	66,25	
Обед									
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,51	1,0	1,9	3,7	36,9	
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	26,22	5,5	6,1	25,6	184,2	
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	35,27	14,5	14,2	32,1	323,1	
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	21,39	2,9	2,9	21,0	125,0	
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5,18	0,1	0,1	16,7	69,8	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0	
Итого за прием пищи:			760	98,63	25,3	25,4	107,6	781,1	
Всего за день:				164,00	44,7	44,6	182,1	1 344,7	
Сбалансированность:				0,00	1	1	4		
Возрастная категория:				12 лет и старше					
Завтрак									
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	17,12	18,1	18,1	45,3	428,3	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8	
2008		ЯБЛОКО	150	22,50	0,6	0,6	14,7	68,3	
Итого за прием пищи:			550	42,12	18,7	18,7	69,7	536,4	
Обед									
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,17	1,5	1,9	3,7	39,0	
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	26,22	5,5	6,1	25,6	184,2	
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	35,27	14,5	14,2	32,1	323,1	
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	25,66	5,9	6,1	34,7	223,2	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0	
Итого за прием пищи:			850	105,88	28,7	28,5	114,3	851,4	
Всего за день:				148,00	47,4	47,2	184,0	1 387,7	
Сбалансированность:				0,00	1	1	4		