



Согласовано
Директор
И.А. Смирнов

утверждаю
Директор
И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

« _____ » _____ 2022

четверг

первая

7-11 лет

День 4:
Неделя:
Возрастная категория:

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	369	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	369	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	