

Согласовано:
Директор
МОУ "Малышская СОШ"



Л.М. Недыхальова

Утверждаю:
Директор
ИП Смирнов И.А.



И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

« _____ » _____ 2022

День 7:

вторник

Неделя:

вторая

Возрастная категория:

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	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 рецептур	№ 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	