



Согласовано
 Директор
 МОУ "Школьная СОШ" №1
 (подпись) _____
 Надольная



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

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

« _____ » _____ 2022

День 8: _____ среда
 Неделя: _____ 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								
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	91,69	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	КОМПЛОТ 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 рецептов	№ 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	КОМПЛОТ 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	