

Согласовано  
 Директор  
 МОБУ "Волховская СОШ №7"  
 Г.К. Федотова  
 (подпись)

Утверждаю  
 Директор  
 ООО "Перспектива"  
 А.В. Смирнов  
 (подпись)

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 108 руб.**

« 03 » сентября 2021

День 5: Пятница  
 Неделя: Первая  
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур 2004г.
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
<b>ЗАВТРАК</b>						
Оладьи со сгущенным молоком	180/30	15,01	20,6	31,2	381,04	733
Кофейный напиток	200	4,60	1,67	19,20	113,11	692
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	130	0,80	0,80	18,60	86,98	338/2011
<b>Итого за завтрак</b>		<b>20,41</b>	<b>23,07</b>	<b>69,00</b>	<b>581,13</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Доп.гарнир помидор свежий	30	0,24	0,03	0,84	4,71	71/2011г.
Суп картофельный с свежей рыбой	250	8,71	3,28	14,56	125,91	138
Котлета "Особая" из говядины	100	12,33	17,3	11,1	256,95	452
Рис припущенный с маслом сливочным	150/5	3,67	5,42	36,67	215,80	511
Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	201,31	639
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24		0,44	10,99	п/п
<b>Итого за обед</b>		<b>28,35</b>	<b>26,33</b>	<b>110,87</b>	<b>815,67</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>48,76</b>	<b>49,40</b>	<b>179,87</b>	<b>1396,80</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>24,38</b>	<b>24,70</b>	<b>89,94</b>	<b>698,40</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур 2004г.
		Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7
<b>ЗАВТРАК</b>						
Оладьи со сгущенным молоком	180/30	15,01	20,6	31,2	381,04	733
Кофейный напиток	200	4,60	1,67	19,20	113,11	692
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	130	0,80	0,80	18,60	86,98	338/2011
<b>Итого за завтрак</b>		<b>20,41</b>	<b>23,07</b>	<b>69,00</b>	<b>581,13</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Доп.гарнир помидор свежий	30	0,24	0,03	0,84	4,71	71/2011г.
Суп картофельный с свежей рыбой	250	8,71	3,28	14,56	125,91	138
Котлета "Особая" из говядины	100	12,33	17,3	11,1	256,95	452
Рис припущенный с маслом сливочным	180	4,4	5,42	44,1	249,26	511
Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	201,31	639
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24		0,44	10,99	п/п
<b>Итого за обед</b>		<b>29,08</b>	<b>26,33</b>	<b>118,30</b>	<b>849,13</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>49,49</b>	<b>49,40</b>	<b>187,30</b>	<b>1430,26</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>24,75</b>	<b>24,70</b>	<b>93,65</b>	<b>715,13</b>	