

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"

Г.К. Федотова

(подпись)



Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 108 руб.

« 11 » 10 2021

День 1:

Понедельник

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	13,47	14,30	13,40	47,10	376,36	Стр.246
Кофейный напиток	200	8,5	4,60	1,67	19,20	113,11	692
Бутерброд с маслом слив.	30\10	8,96	3,26	7,60	9,32	122,26	1
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	160	16	0,40	0,40	9,30	43,49	338/2011
Итого за завтрак	600	46,93	22,56	23,07	84,92	655,22	
ОБЕД							
Доп.гарнир огурец соленый	50	7,7	1,10	0,05	0,85	8,46	576
Суп картофельный с бобовыми на курице	250	9,8	2,50	4,50	52,30	266,53	139
Рагу овощное с курицей маслом сливочным	150	34,91	20,50	22,60	40,50	460,28	540
Напиток яблочный	200	5,24	0,16		23,88	98,56	701
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,42	2,24		0,44	10,99	п\п
Итого за обед	700	61,07	26,50	27,15	117,97	844,82	
Итого за день		108,00	49,06	50,22	202,89	1500,04	
Среднее значение за период:		0,00	24,53	25,11	101,45	750,02	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	13,47	14,30	13,40	47,10	376,36	Стр.246
Кофейный напиток	200	8,5	4,60	1,67	19,20	113,11	692
Бутерброд с маслом слив.	30	8,14	3,26	7,60	9,32	122,26	1
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	120	12	0,40	0,40	9,30	43,49	338/2011
Итого за завтрак	550	42,11	22,56	23,07	84,92	655,22	
ОБЕД							
Доп.гарнир огурец соленый	50	7,7	0,67	0,03	0,51	5,12	576
Суп картофельный с бобовыми	250	6,86	2,50	4,50	52,30	266,53	139
Рагу овощное с курицей маслом сливочным	250	42,67	24,50	27,11	42,30	526,00	540
Напиток яблочный	200	5,24	0,16		23,88	98,56	701
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,42	2,24		0,44	10,99	п\п
Итого за обед	800	65,89	30,07	31,64	119,43	907,20	
Итого за день		108,00	52,63	54,71	204,35	1562,42	
Среднее значение за период:		0,00	26,32	27,36	102,18	781,21	

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

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

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 108 руб.

« 12 » 10 2021

День 2: Вторник
 Неделя: Первая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур 2004г.
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Котлета куриная	100	26,2	13,75	12,61	24,7	274,92	499
Макаронные изделия отварные с маслом слив	180	8,17	5,9	11,57	40,07	296,08	516
Чай с сахаром	200/15	2,35	0,53		17,6	74,33	686
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	2,24		0,44	10,99	п\п
Итого за завтрак	520	39,44	22,42	24,18	82,81	656,32	
ОБЕД							
Доп.гарнир огурец свежий	60	7,82	0,24	0,03	0,84	4,71	71/2011г.
Щи из свежей капусты на курице со сметаной	250	15,69	5,3	7,64	31,5	221,93	123
Плов из свинины	150	37,63	18,25	15,5	34,8	361,66	443
Компот из сухофруктов	200	4,7	1,16	0,30	47,26	201,31	639
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	2,24		0,44	10,99	п\п
Итого за обед	700	68,56	27,19	23,47	114,84	800,59	
Итого за день		108,00	49,61	47,65	197,65	1456,91	
Среднее значение за период:		0,00	24,81	23,83	98,83	728,46	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур 2004г.
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Котлета куриная	100	26,2	13,75	12,61	24,7	274,92	499
Макаронные изделия отварные с маслом слив	200	9,08	5,9	11,57	40,07	296,08	516
Чай с сахаром	200/10	2,1	0,53		17,6	74,33	686
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,4	2,24		0,44	10,99	п\п
Итого за завтрак	550	40,78	22,42	24,18	82,81	656,32	
ОБЕД							
Доп.гарнир огурец свежий	100	13,03	0,24	0,03	0,84	4,71	71/2011г.
Щи из свежей капусты	250	6,59	5,3	7,64	31,5	221,93	123
Плов из свинины	200	38,95	21,89	19,6	41,7	443,00	443
Компот из сухофруктов	200	4,7	1,16	0,30	47,26	201,31	639
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,95	2,24		0,44	10,99	п\п
Итого за обед	800	67,22	30,83	27,57	121,74	881,94	
Итого за день		108,00	53,25	51,75	204,55	1538,26	
Среднее значение за период:		0,00	26,63	25,88	102,28	769,13	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"

Г.К.Федотова

(подпись)



Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

(подпись)

А.В. Смирнов



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 108 руб.

« 13 » 10 2021

День 3:

Среда

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур 2004г.
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Каша рисовая молочная с маслом	200	12,17	12,40	18,13	30,93	346,26	Стр.246
Какао с молоком	200	9,6	3,78	0,67	26,00	128,33	693
Бутерброд с маслом сливочным	20\10	8,14	9,49	5,44	29,77	211,56	3
Яблоко	100	10	0,40	0,40	9,30	43,49	338/2011
Итого за завтрак	530	39,91	26,07	24,64	96,00	729,64	
ОБЕД							
Доп.гарнир огурец соленый	30	4,62	0,67	0,03	0,51	5,12	576
Рассольник "Ленинградский" на курице	250	15,87	5,45	7,19	37,6	243,37	132
Котлета рыбная	100	27,02	17,12	8,12	21,12	232,30	388
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	14,28	3,18	9,53	26,7	211,14	520
Напиток лимонный	200	3,58	0,3		17,2	71,75	699
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	2,24		0,44	10,99	п/п
Итого за обед	770	68,09	28,96	24,87	103,57	774,66	
Итого за день		108,00	55,03	49,51	199,57	1504,30	
Среднее значение за период:		0,00	27,52	24,76	99,79	752,15	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур 2004г.
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Каша рисовая молочная с маслом	200	12,17	12,40	18,13	30,93	346,26	Стр.246
Какао с молоком	200	9,6	3,78	0,67	26,00	128,33	693
Бутерброд с маслом сливочным	30	8,14	9,49	5,44	29,77	211,56	3
Яблоко	120	12	0,40	0,40	9,30	43,49	338/2011
Итого за завтрак	595	41,91	26,07	24,64	96,00	729,64	
ОБЕД							
Доп.гарнир огурец соленый	30	4,62	0,67	0,03	0,51	5,12	576
Рассольник "Ленинградский"	250	11,02	5,45	7,19	37,6	243,37	132
Котлета рыбная	100	27,02	17,12	8,12	21,12	232,30	388
Картофельное пюре с маслом сливочным	180	17,13	3,81	11,9	32,7	260,36	520
Напиток лимонный	200	3,58	0,3		17,2	71,75	699
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	2,24		0,44	10,99	п/п
Итого за обед	800	66,09	29,59	27,24	109,57	823,89	
Итого за день		108,00	55,66	51,88	205,57	1553,53	
Среднее значение за период:		0,00	27,83	25,94	102,79	776,76	

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

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

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 108 руб.

« 14 » 10 2021

День 4: Четверг
 Неделя: Первая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур 2004г.
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Запеканка творожная со сгущенным молоком	180/20	39,11	20,03	23,09	56,66	529,17	366
Чай с сахаром	200	2,1	0,53		9,47	41,00	684
Яблоко	120	12	0,4	0,4	9,3	43,49	338/2011
Итого за завтрак	520	53,21	20,96	23,49	75,43	613,66	
ОБЕД							
Доп.гарнир огурец свежий	30	3,9	0,24	0,03	0,84	4,71	71/2011г.
Борщ из свежей капусты со сметаной	250	9,14	6,25	8,3	13,75	159,19	109
Печень по строгоновски	110	27,43	9,10	10,80	24,30	237,38	431
Греча рассыпчатая с маслом сливочным	150	9,5	8,9	4,1	39,84	237,96	стр 246
Чай с сахаром	200	2,1	0,53		9,47	41,00	684
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	2,24		0,44	10,99	п\п
Итого за обед	780	54,79	27,26	23,23	88,64	691,23	
Итого за день		108,00	48,22	46,72	164,07	1304,89	
Среднее значение за период:		0,00	24,11	23,36	82,04	652,44	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур 2004г.
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Запеканка творожная со сгущенным молоком	200	35,34	20,03	23,09	56,66	529,17	366
Чай с сахаром	200	2,1	0,53		9,47	41,00	684
Яблоко	150	15	0,4	0,4	9,3	43,49	338/2011
Итого за завтрак	550	52,44	20,96	23,49	75,43	613,66	
ОБЕД							
Доп.гарнир огурец свежий	20	2,6	0,24	0,03	0,84	4,71	71/2011г.
Борщ из свежей капусты	250	8,19	6,25	8,3	13,75	159,19	109
Печень по строгоновски	120	29,92	10,92	12,96	29,16	284,86	431
Греча рассыпчатая с маслом сливочным	180	10,51	10,67	4,9	47,8	285,30	стр 246
Чай с сахаром	200	2,1	0,53		9,47	41,00	684
Хлеб ржано-пшеничный	33	2,24	2,24		0,44	10,99	п\п
Итого за обед	803	55,56	30,85	26,19	101,46	786,04	
Итого за день		108,00	51,81	49,68	176,89	1399,69	
Среднее значение за период:		0,00	25,91	24,84	88,45	699,85	

Согласовано
Директор
МОБУ "Волховская СОШ №7"

Г.К. Федотова
(подпись)

Утверждаю:
Директор
ООО "Перспектива"

(подпись)

А.В. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 108 руб.

« 15 » 10 2021

День 5:

Пятница

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Оладьи со сгущенным молоком	180/20	16,89	15,01	20,6	31,2	381,04	733
Кофейный напиток	200	8,5	4,60	1,67	19,20	113,11	692
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	130	13,56	0,80	0,80	18,60	86,98	338/2011
Итого за завтрак	530	38,95	20,41	23,07	69,00	581,13	
ОБЕД							
Доп.гарнир помидор свежий	30	4,5	0,24	0,03	0,84	4,71	71/2011г.
Суп картофельный с свежей рыбой	250/30	18,07	8,71	3,28	14,56	125,91	138
Котлета "Особая" из говядины	100	31,52	12,33	17,3	11,1	256,95	452
Рис припущенный с маслом сливочным	150	7,54	3,67	5,42	36,67	215,80	511
Компот из сухофруктов	200	4,7	1,16	0,30	47,26	201,31	639
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	2,24		0,44	10,99	п/п
Итого за обед	770	69,05	28,35	26,33	110,87	815,67	
Итого за день		108,00	48,76	49,40	179,87	1396,80	
Среднее значение за период:		0,00	24,38	24,70	89,94	698,40	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Оладьи со сгущенным молоком	190/20	17,59	15,01	20,6	31,2	381,04	733
Кофейный напиток	200	8,5	4,60	1,67	19,20	113,11	692
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	140	14	0,80	0,80	18,60	86,98	338/2011
Итого за завтрак	550	40,09	20,41	23,07	69,00	581,13	
ОБЕД							
Доп.гарнир помидор свежий	30	4,5	0,24	0,03	0,84	4,71	71/2011г.
Суп картофельный с свежей рыбой	250/20	15,43	8,71	3,28	14,56	125,91	138
Котлета "Особая" из говядины	100	31,52	12,33	17,3	11,1	256,95	452
Рис припущенный с маслом сливочным	180	9,04	4,4	5,42	44,1	249,26	511
Компот из сухофруктов	200	4,7	1,16	0,30	47,26	201,31	639
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	2,24		0,44	10,99	п/п
Итого за обед	800	67,91	29,08	26,33	118,30	849,13	
Итого за день		108,00	49,49	49,40	187,30	1430,26	
Среднее значение за период:		0,00	24,75	24,70	93,65	715,13	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"

Г.К.Федотова

(подпись)

Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 108 руб.

« 16 » Ю 2021

День б:

Суббота

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая (Ккал)	№ рецептур 2004г.
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Омлет натуральный	180	29,03	19,5	22,3	17,51	359,13	340
Чай с сахаром	200	2,1	0,53		17,6	74,33	686
Хлеб пшеничный	20	1,64	1,58	0,28	5,90	33,27	п\п
Яблоко	120	12	0,80	0,80	18,60	86,98	п\п
Итого за завтрак	500	44,77	22,41	23,38	59,61	553,72	
ОБЕД							
Доп.гарнир огурец соленый	30	4,62	1,00	0,04	0,76	7,59	576
Суп вермишелевый на курином бульоне	250	11,25	3,14	7,16	32,50	212,71	140
Филе рыбы припущенное с маслом сливочным	100	29,93	15,2	15,4	12,01	254,78	371
Картофель отварной с маслом сливочным	150	11,17	1,2	3,6	33,7	176,57	518
Напиток яблочный	200	3,54	0,40	0,27	21,30	91,48	705
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,72	2,24		0,44	10,99	п\п
Итого за обед	760	63,23	23,18	26,47	100,71	754,12	
Итого за день		108,00	45,59	49,85	160,32	1307,84	
Среднее значение за период:		0,00	22,80	24,93	80,16	653,92	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая (Ккал)	№ рецептур 2004г.
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Омлет натуральный	180	29,03	19,5	22,3	17,51	359,13	340
Чай с сахаром	200	2,1	0,53		17,6	74,33	686
Хлеб пшеничный	30	2,46	1,58	0,28	5,90	33,27	п\п
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	140	14	0,80	0,80	18,60	86,98	338/2011
Итого за завтрак	550	47,59	22,41	23,38	59,61	553,72	
ОБЕД							
Доп.гарнир огурец соленый	30	4,62	0,67	0,03	0,51	5,12	576
Суп вермишелевый	250	7,64	3,14	7,16	32,50	212,71	140
Филе рыбы припущенное с маслом сливочным	100	29,93	15,2	15,4	12,01	254,78	371
Картофель отварной с маслом сливочным	180	13,4	1,44	4,32	40,43	211,84	518
Чай с сахаром	200	2,1	0,53		17,60	74,33	705
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	2,24		0,44	10,99	п\п
Итого за обед	800	60,41	23,22	26,91	103,49	769,77	
Итого за день		108,00	45,63	50,29	163,10	1323,49	
Среднее значение за период:		0,00	22,82	25,15	81,55	661,75	