

Согласовано

Директор

МОБУ "Волжская СОШ №7"

К. Федотова

(подпись)

Утверждаю

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.

« 21 » февраль 2022

День 7:

Неделя:

Возрастная категория:

Понедельник

Вторая

с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептов
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	13,46	5,8	6,3	50,2	288,2	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190/10/3	2,49	0,0	0,0	9,3	38,1	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/20	17,27	9,4	8,9	18,4	196,8	2008
Итого за прием пищи:	503	33,22	15,2	17,2	77,9	523,1	
ОБЕД							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	15,85	1,1	0,2	3,8	22,0	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ(ФАСОЛЬ)	200	8,94	5,6	8,7	31,3	232,2	2011
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	55,69	17,4	20,5	33,8	400,6	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,8	0,0	0,0	8,7	35,7	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
Итого за прием пищи:	700	83,78	25,4	29,6	86,1	732,4	
Всего за день:		117,00 Р	40,6	46,8	164,0	1 255,5	
Среднее значение за период:		0,00	20,30	23,40	82,00	627,75	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептов
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	250	10,82	5,8	6,3	50,2	288,2	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190/10/3	2,49	0,0	0,0	9,3	38,1	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/15	10,28	7,5	7,2	14,7	158,0	2008
ПЕЧЕНЬЕ	60	4	4,5	5,9	20,1	155,7	2008
Итого за прием пищи:	552	27,59	17,8	19,4	94,3	640,0	
ОБЕД							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	20,87	1,1	0,2	3,8	22,0	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ)	250	5,75	5,7	9,2	34,6	250,8	2011
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	58	23,5	23,8	43,6	496,5	2012
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	180	3,29	0,2	0,1	16,1	67,8	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
Итого за прием пищи:	830	89,41	31,8	33,5	106,6	879,0	
Всего за день:		117,00	49,6	52,9	200,9	1 519,0	
Среднее значение за период:		0,00	24,80	26,45	100,45	759,51	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"

Г.К. Федотова

(подпись)



Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.

« 22 » февраль 2022

День 8:

Неделя:

Возрастная категория:

Вторник

Вторая

с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептов
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	41,08	15,9	14,2	47,5	392,0	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	0,0	0,0	9,7	39,8	2008
ЯБЛОКО	100	10	0,4	0,4	9,8	45,5	2008
Итого за прием пищи:	500	53,28	16,3	14,6	67,0	477,3	
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	8,4	0,5	0,1	1,0	7,1	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/10	8,82	3,1	7,8	41,5	255,4	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,34	12,4	7,2	38,2	274,4	2008
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	90/20	32,65	9,6	12,4	19,2	233,4	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	4,01	0,0	0,0	4,4	18,0	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
Итого за прием пищи:	730	63,72	26,9	27,7	112,8	830,4	
Всего за день:		117,00 Р	43,2	42,3	179,8	1 307,7	
Среднее значение за период:		0,00	21,60	21,15	89,90	653,85	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептов
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	200	25,6	15,9	16,2	47,5	410,6	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2	0,0	0,0	9,7	39,8	2008
ЯБЛОКО	150	15	1,6	1,6	24,7	122,7	2008
Итого за прием пищи:	550	42,6	17,5	17,8	81,9	573,1	
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	10	0,8	0,1	1,7	11,2	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	9,97	3,1	7,8	41,5	255,4	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10	14,4	9,4	51,7	358,4	2008
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/20	38,83	12,7	16,2	21,4	290,5	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	4,1	0,0	0,0	4,4	18,0	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
Итого за прием пищи:	850	74,4	32,3	33,7	129,2	975,6	
Всего за день:		117,00	49,8	51,5	211,1	1 548,6	
Среднее значение за период:		0,00	24,90	25,75	105,55	774,32	

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

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

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.
 « 24 » сентября 2022

День 10:
 Неделя: Четверг
 Возрастная категория: Вторая с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептов
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190	12	8,7	3,8	28,7	188,7	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	7,02	2,0	1,1	14,6	78,3	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	10,2	5,1	11,4	24,6	227,8	2011
ЯБЛОКО	100	10	0,4	0,4	9,8	45,5	2008
Итого за прием пищи:	500	39,22	16,2	16,7	77,7	540,3	
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	8,4	0,5	0,1	1,0	7,1	2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	13,39	11,8	5,1	20,8	181,1	2011
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	240	51,61	14,5	26,6	52,2	520,9	2011
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	2,88	0,1	0,1	12,1	51,0	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
Итого за прием пищи:	700	77,78	28,2	32,1	94,6	802,0	
Всего за день:		117,00	44,4	48,8	172,3	1 342,3	
Среднее значение за период:		0,00	22,20	24,40	86,15	671,16	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептов
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	10	8,7	5,8	28,7	207,3	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	7,8	3,4	1,2	16,2	91,5	2008
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	11,3	5,1	11,4	24,6	227,8	2011
ЯБЛОКО	100	10	0,4	0,4	9,8	45,5	2008
Итого за прием пищи:	550	39,1	17,6	18,8	79,3	572,1	
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	10	0,8	0,1	1,7	11,2	2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	9,43	11,8	5,1	20,8	181,1	2011
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	280	54,09	19,3	29,1	61,7	602,7	2011
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	2,88	0,1	0,1	12,1	51,0	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
Итого за прием пищи:	830	77,9	33,3	34,6	104,8	888,0	
Всего за день:		117,00	50,9	53,4	184,1	1 460,1	
Среднее значение за период:		0,00	25,45	26,70	92,05	730,06	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"

Г.К. Федотова

(подпись)

Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.

День 11:

« 25 » сентября 2022

Неделя:

Пятница

Возрастная категория:

Вторая

с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептур
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ							
ЧАЙ С САХАРОМ	150	25,36	15,2	14,3	24,3	294,9	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	2	0,0	0,0	16,7	68,5	2008
ЯБЛОКО	50	3,75	2,7	0,4	17,0	84,5	2008
Итого за прием пищи:	100	10	0,4	0,4	9,8	45,5	2008
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ(ФАСОЛЬ)	60	16,07	0,5	0,1	1,5	9,1	2008
ПЛОВ ИЗ КУРЫ	200	13,65	8,9	9,3	29,7	244,8	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	240	40,35	14,6	23,3	46,8	468,4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	4,32	0,0	0,0	9,7	39,8	2011
Итого за прием пищи:	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
Всего за день:	700	75,89	25,3	32,9	96,2	804,1	
Среднее значение за период:		117,00	43,6	48,0	164,0	1 297,6	
Возрастная категория:		0,00	21,80	24,00	82,00	648,78	

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептур
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ							
ЧАЙ С САХАРОМ	200	28,26	15,2	14,3	24,3	294,94	2011
БАТОН	200	2	0,0	0,0	9,7	39,77	2008
ЯБЛОКО	40	3	3,8	4,1	21,4	141,45	2008
Итого за прием пищи:	110	11	0,4	0,4	11,8	53,74	2008
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	100	18,97	0,8	0,1	2,5	14,5	2008
ПЛОВ ИЗ КУРЫ	250	5,05	5,7	5,4	18,9	151,1	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	280	42,9	23,4	28,7	52,7	578,9	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	4,32	0,0	0,0	9,7	39,8	2011
Итого за прием пищи:	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
Всего за день:	830	72,74	31,2	34,4	92,3	826,3	
Среднее значение за период:		117,00	50,6	53,2	159,5	1 356,2	
		0,00	25,30	26,60	79,75	678,09	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"

Г.К. Федотова

(подпись)



Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.

« 26 » сентября 2022

День 12:

Неделя:

Возрастная категория:

Суббота

Вторая

12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептур
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	200	24,71	14,5	13,7	37,1	339,0	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2	0,0	0,0	9,7	39,8	2008
БАТОН	40	3	3,8	4,1	21,4	141,5	2008
ЯБЛОКО	110	11	0,5	0,5	12,7	58,8	2008
Итого за прием пищи:	550	40,71	18,8	18,3	80,9	579,0	
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	19,97	0,8	0,1	2,5	14,5	2008
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	9,27	12,2	15,2	46,4	381,6	2011
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	24,06	6,7	12,8	2,7	157,6	2011
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	17,39	8,4	5,9	31,4	218,1	2011
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (ИЗЮМ)	180	4,1	0,3	0,1	17,3	73,1	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
Итого за прием пищи:	830	76,29	29,7	34,3	108,8	886,8	
Всего за день:		117,00	48,5	52,6	189,7	1 465,8	
Среднее значение за период:		0,00	24,25	26,30	94,85	732,90	