

Согласовано

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"

Г.К. Федотова

(подпись)



Утверждаю :

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)



**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.**

« 14 » марта 2022

День 1:

Понедельник

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептов
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	12,57	7,3	7,5	29,7	221,5	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	8,96	3,6	2,2	15,3	98,0	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30/10	11,3	3,8	6,2	18,4	148,7	2011
ЯБЛОКО	100	10	0,4	0,4	10,8	49,6	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>42,83</b>	<b>15,1</b>	<b>16,3</b>	<b>74,2</b>	<b>517,7</b>	
<b>ОБЕД</b>							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	8,4	0,5	0,1	1,0	7,1	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (ГОРОХ)	200	8,44	5,6	8,7	31,3	232,2	2011
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	240	52,95	19,8	19,2	42,8	435,2	2011
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	2,88	0,1	0,1	22,1	92,0	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
<b>Итого за обед</b>	<b>700</b>	<b>74,17</b>	<b>27,3</b>	<b>28,3</b>	<b>105,7</b>	<b>808,5</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>117,00</b>	<b>42,40</b>	<b>44,60</b>	<b>179,90</b>	<b>1326,21</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>21,20</b>	<b>22,30</b>	<b>89,95</b>	<b>663,11</b>	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептов
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	10,98	8,3	7,5	29,7	225,6	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	8,96	5,2	4,2	17,0	130,1	2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	20\10	10,2	3,9	6,2	18,5	149,5	2011
ЯБЛОКО	120	12	0,5	0,5	11,8	55,1	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>42,14</b>	<b>17,9</b>	<b>18,4</b>	<b>77,0</b>	<b>560,2</b>	
<b>ОБЕД</b>							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	10	0,8	0,1	1,7	11,2	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	5,28	8,9	9,3	29,7	244,8	2011
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	280	55,2	20,1	22,8	57,6	530,6	2011
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	2,88	0,1	0,1	12,1	51,0	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>74,86</b>	<b>31,2</b>	<b>32,5</b>	<b>109,6</b>	<b>879,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>117,00</b>	<b>49,1</b>	<b>50,9</b>	<b>186,6</b>	<b>1 439,7</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>24,55</b>	<b>25,45</b>	<b>93,30</b>	<b>719,87</b>	

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

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

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.**

« 15 » марта 2022

День 2:

Вторник

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептур
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	90	22,1	6,7	12,8	2,7	157,6	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,41	6,4	3,2	41,2	224,9	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2	0,0	0,0	8,7	35,7	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	2,7	0,4	17,0	84,5	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>33,51</b>	<b>15,8</b>	<b>16,4</b>	<b>69,6</b>	<b>502,7</b>	
<b>ОБЕД</b>							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	16,07	0,5	0,1	1,5	9,1	2008
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/5	17,36	7,9	7,1	39,4	260,0	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	240	44,24	16,5	20,3	36,8	407,3	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	4,32	0,0	0,0	9,7	39,8	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>705</b>	<b>83,49</b>	<b>26,2</b>	<b>27,7</b>	<b>95,9</b>	<b>758,2</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>117,00 Р</b>	<b>42,0</b>	<b>44,1</b>	<b>165,5</b>	<b>1 260,9</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>21,00</b>	<b>22,05</b>	<b>82,75</b>	<b>630,44</b>	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептур
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	24,06	6,7	12,8	2,7	157,6	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	5,24	8,4	5,3	52,3	298,2	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2	0,0	0,0	9,7	39,8	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,75	3,3	0,4	21,2	104,2	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>35,05</b>	<b>18,4</b>	<b>18,5</b>	<b>85,9</b>	<b>599,7</b>	
<b>ОБЕД</b>							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	19,97	0,8	0,1	2,5	14,5	2008
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	10,06	7,9	7,1	39,4	260,0	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	280	46,1	21,8	27,1	45,4	527,6	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	4,32	0,0	0,0	9,7	39,8	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>81,95</b>	<b>31,8</b>	<b>34,5</b>	<b>105,5</b>	<b>883,8</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>117,00</b>	<b>50,2</b>	<b>53,0</b>	<b>191,4</b>	<b>1 483,5</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>25,10</b>	<b>26,50</b>	<b>95,70</b>	<b>741,73</b>	