

Согласовано

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"

(подпись)

Г.К. Федотова

Утверждаю

Директор

ООО "Перспектива"

(подпись)

А.В. Смирнов

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.**

« 09 » 03 2022

День 9:

Среда

Неделя:

Вторая

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>							
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	90	22,1	6,7	12,8	2,7	157,6	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	170	5,23	6,4	3,2	41,2	224,9	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2	0,0	0,0	9,7	39,8	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	2,7	0,4	17,0	84,5	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>32,33</b>	<b>15,8</b>	<b>16,4</b>	<b>70,6</b>	<b>506,8</b>	
<b>ОБЕД</b>							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	15,85	0,7	0,1	2,3	13,2	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	14,01	14,8	6,9	37,2	277,4	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ СО СВИНИНОЙ	240	48,73	10,5	22,3	39,5	412,4	2011
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,58	0,1	0,0	9,1	37,7	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	1,3	0,2	8,5	42,0	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>770</b>	<b>84,67</b>	<b>27,4</b>	<b>29,5</b>	<b>96,6</b>	<b>782,8</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>117,00 Р</b>	<b>43,2</b>	<b>45,9</b>	<b>167,2</b>	<b>1 289,5</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>21,60</b>	<b>22,95</b>	<b>83,60</b>	<b>644,76</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>							
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	24,06	6,7	12,8	2,7	157,6	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	6,06	8,6	5,1	45,7	270,1	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>35,87</b>	<b>18,6</b>	<b>18,3</b>	<b>79,3</b>	<b>627,3</b>	
<b>ОБЕД</b>							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	20,14	1,1	0,2	3,8	22,0	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	250	7,67	12,7	5,9	36,8	257,8	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ СО СВИНИНОЙ	280	49,6	16,8	25,8	46,1	497,8	2011
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	2,22	0,1	0,0	10,2	42,2	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>81,13</b>	<b>32,0</b>	<b>32,1</b>	<b>105,4</b>	<b>861,9</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>117,00</b>	<b>50,6</b>	<b>50,4</b>	<b>184,7</b>	<b>1 489,2</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>25,30</b>	<b>25,20</b>	<b>92,35</b>	<b>744,59</b>	



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

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

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.**

День 10: « 10 » 03 2022  
 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>39,22</b>	<b>16,2</b>	<b>16,7</b>	<b>77,7</b>	<b>540,3</b>	
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>77,78</b>	<b>28,2</b>	<b>32,1</b>	<b>94,6</b>	<b>802,0</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>117,00</b>	<b>44,4</b>	<b>48,8</b>	<b>172,3</b>	<b>1 342,3</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>22,20</b>	<b>24,40</b>	<b>86,15</b>	<b>671,16</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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>39,1</b>	<b>17,6</b>	<b>18,8</b>	<b>79,3</b>	<b>572,1</b>	
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>77,9</b>	<b>33,3</b>	<b>34,6</b>	<b>104,8</b>	<b>888,0</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>117,00</b>	<b>50,9</b>	<b>53,4</b>	<b>184,1</b>	<b>1 460,1</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>25,45</b>	<b>26,70</b>	<b>92,05</b>	<b>730,06</b>	



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

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

### Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.

День 11: « 11 » 03 2022  
 Неделя: Пятница  
 Возрастная категория: Вторая с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептов
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	25,36	15,2	14,3	24,3	294,9	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2	0,0	0,0	16,7	68,5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,75	2,7	0,4	17,0	84,5	2008
ЯБЛОКО	100	10	0,4	0,4	9,8	45,5	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>41,11</b>	<b>18,3</b>	<b>15,1</b>	<b>67,8</b>	<b>493,4</b>	
<b>ОБЕД</b>							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	16,07	0,5	0,1	1,5	9,1	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ(ФАСОЛЬ)	200	13,65	8,9	9,3	29,7	244,8	2011
ПЛОВ ИЗ КУРЫ	240	40,35	14,6	23,3	46,8	468,4	2008
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>700</b>	<b>75,89</b>	<b>25,3</b>	<b>32,9</b>	<b>96,2</b>	<b>804,1</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>117,00</b>	<b>43,6</b>	<b>48,0</b>	<b>164,0</b>	<b>1 297,6</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>21,80</b>	<b>24,00</b>	<b>82,00</b>	<b>648,78</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>							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	28,26	15,2	14,3	24,3	294,94	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2	0,0	0,0	9,7	39,77	2008
БАТОН	40	3	3,8	4,1	21,4	141,45	2008
ЯБЛОКО	110	11	0,4	0,4	11,8	53,74	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>44,26</b>	<b>19,4</b>	<b>18,8</b>	<b>67,2</b>	<b>529,90</b>	
<b>ОБЕД</b>							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	18,97	0,8	0,1	2,5	14,5	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,05	5,7	5,4	18,9	151,1	2011
ПЛОВ ИЗ КУРЫ	280	42,9	23,4	28,7	52,7	578,9	2008
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>830</b>	<b>72,74</b>	<b>31,2</b>	<b>34,4</b>	<b>92,3</b>	<b>826,3</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>117,00</b>	<b>50,6</b>	<b>53,2</b>	<b>159,5</b>	<b>1 356,2</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>25,30</b>	<b>26,60</b>	<b>79,75</b>	<b>678,09</b>	



Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"



(подпись)

Г.К. Федотова



Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

(подпись)

А.В. Смирнов

### Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.

День 12:

« 12 » 03 2022

Неделя:

Суббота

Возрастная категория:

Вторая

12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Сборник рецептур
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>40,71</b>	<b>18,8</b>	<b>18,3</b>	<b>80,9</b>	<b>579,0</b>	
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>76,29</b>	<b>29,7</b>	<b>34,3</b>	<b>108,8</b>	<b>886,8</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>117,00</b>	<b>48,5</b>	<b>52,6</b>	<b>189,7</b>	<b>1 465,8</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>0,00</b>	<b>24,25</b>	<b>26,30</b>	<b>94,85</b>	<b>732,90</b>	