

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

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

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.

« 21 » 03 2022

День 7: Понедельник
 Неделя: Вторая
 Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	17,77	10,3	11,4	49,1	349,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,40	0,1	0,0	14,7	60,7
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	16,70	7,2	6,5	20,6	174,4
Итого за прием пищи:			517	38,87	17,60	17,90	84,40	584,67
ОБЕД								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	8,40	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	20,81	9,0	8,6	18,7	193,6
2011	287	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРОЙ И РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	240	38,22	9,8	14,6	49,4	378,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,20	0,1	0,0	10,2	42,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
2008		БАТОН	50	5,00	3,8	1,5	25,7	134,9
Итого за прием пищи:			820	78,13	24,50	25,00	113,50	798,30
Всего за день:				117,00	42,10	42,90	197,90	1382,97
Среднее значение за период:				0,00	21,05	21,45	98,95	691,49

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	250	12,60	12,8	13,3	52,9	393,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,97	0,1	0,0	9,8	40,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/15	12,48	5,0	5,0	10,3	109,2
2008		МАНДАРИН	65	15,77	0,5	0,1	4,9	23,1
Итого за прием пищи:			550	44,82	18,4	18,4	77,9	566,0
ОБЕД								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	14,00	0,8	0,1	1,7	11,2
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	11,40	5,3	5,5	17,9	146,3
2011	287	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРОЙ И РИСОМ СО СМЕТАНОЙ	280	41,50	20,4	22,9	62,7	553,7
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	3,78	0,1	0,0	12,1	50,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,50	1,3	0,2	17,1	77,3
Итого за прием пищи:			830	72,18	27,9	28,7	111,5	838,5
Всего за день:				117,00	46,30	47,10	189,40	1404,40
Среднее значение за период:				0,00	23,15	23,55	94,70	702,20

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 » 03 2022

День 8:

Вторник

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	180	21,36	12,8	14,6	26,2	295,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,80	0,0	0,0	14,5	59,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
2008		ЯБЛОКО	110	11,00	0,4	0,4	10,8	49,6
Итого за прием пищи:			550	38,16	15,9	15,4	68,5	489,3
ОБЕД								

2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,68	1,0	1,9	3,8	37,4
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	21,42	5,0	9,0	12,8	156,7
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	10,57	8,4	4,2	38,2	230,1
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	32,45	8,7	11,0	8,7	173,6
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,72	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
Итого за прием пищи:			805	78,84	25,8	26,5	90,2	722,1
Всего за день:				117,00	41,70	41,90	158,70	1211,31
Среднее значение за период:				0,00	20,85	20,95	79,35	605,66

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	200	23,61	15,7	17,8	40,2	394,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,30	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
2008		ЯБЛОКО	110	11,00	0,4	0,4	10,8	49,6
Итого за прием пищи:			550	39,91	18,80	18,60	77,70	568,63
ОБЕД								

2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	11,36	2,6	5,1	8,2	91,7
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	15,57	4,8	8,7	12,8	153,1
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,33	10,1	5,1	51,9	301,6
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	32,45	8,7	11,0	8,7	173,6
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,38	0,0	0,0	8,7	35,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
Итого за прием пищи:			850	77,09	28,90	30,30	114,80	840,21
Всего за день:				117,00	47,70	48,90	192,50	1408,84
Среднее значение за период:				0,00	23,85	24,45	96,25	704,42

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"

Г.К.Федотова

(подпись)

Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 117 руб.

« 23 » 03 2022

День 9:

Среда

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180/20	29,39	15,9	15,8	47,5	406,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,30	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	41,7	16,3	16,2	67,0	492,2
ОБЕД								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	60	7,26	0,8	3,1	4,8	51,8
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	16,46	5,5	5,3	29,8	194,0
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	17,30	3,5	3,1	34,5	184,6
2011	278	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/20	30,49	11,9	11,6	21,8	246,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,30	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			800	75,3	23,0	23,3	109,1	758,3
Всего за день:				117,00	39,30	39,50	176,10	1250,49
Среднее значение за период:				0,00	19,65	19,75	88,05	625,25

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	180/20	21,49	17,9	17,8	52,5	454,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,30	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	150	15,00	0,6	0,6	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			550	38,79	18,5	18,4	76,9	562,3
ОБЕД								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	100	12,10	1,4	5,2	8,0	86,9
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	250	10,30	5,2	4,8	29,8	188,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	21,52	5,2	6,1	43,8	257,6
2011	278	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/50	30,49	14,6	11,6	14,8	228,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,30	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			870	78,21	27,70	27,90	114,60	842,90
Всего за день:				117,00	46,20	46,30	191,50	1405,16
Среднее значение за период:				0,00	23,10	23,15	95,75	702,58