

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

Утверждаю:
 Директор
 ООО "ТД МАРС"
 А. Н. Смирнов
 (подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« 04 » апреля 2022

День 1: понедельник
 Неделя: первая
 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	14,19	7,2	7,9	31,5	23
2011	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	25/5	4,75	1,9	3,9	12,9	9
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	12,00	5,6	3,1	0,3	5
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	180	8,65	3,1	2,7	14,2	9
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	10,41	1,3	1,9	23,2	11
Итого за прием пищи:			500	50,00	19,10	19,50	82,10	596
ОБЕД								
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	9,02	1,2	1,8	6,3	4
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	205	18,09	4,2	7,1	47,3	27
2011	290	КУРИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	36,77	14,0	15,2	3,0	21
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,17	5,3	2,6	34,1	18
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	3,45	0,1	0,1	11,8	4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	4
Итого за прием пищи:			715	75,00	26,10	27,00	111,00	813
Всего за день:				125,00	45,20	46,50	193,10	1 409
Среднее значение за период:				0,00	22,60	23,25	96,55	704

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								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	250	13,40	9,10	9,80	37,50	282
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	4,75	1,90	3,90	12,90	96
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	12,00	5,60	3,10	0,30	53
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	180	8,65	3,10	2,70	14,20	96
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	10,41	1,30	1,90	23,20	118
Итого за прием пищи:			550	49,21	21,00	21,40	88,10	646
ОБЕД								
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	14,10	1,20	1,80	6,30	47
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	255	12,49	5,20	8,90	59,10	346
2011	290	КУРИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	36,77	14,00	15,20	3,00	211
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,48	6,30	3,10	40,90	222
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	3,45	0,10	0,10	11,80	49
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,30	0,20	8,50	42
Итого за прием пищи:			835	75,79	28,10	29,30	129,60	919
Всего за день:				125,00	49,10	50,70	217,70	1565
Среднее значение за период:					24,55	25,35	108,85	782