

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

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

Меню приготавливаемых блюд
 « 07 » декабря 2022

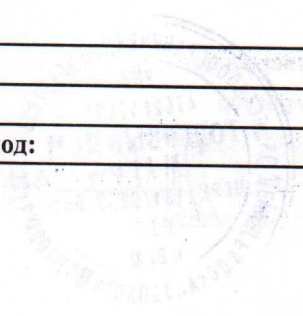
День 3: среда
 Неделя: первая
 Возрастная категория: 7-11 лет

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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	10,53	7,50	6,80	16,20	160,41
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/15	12,48	6,00	7,30	18,70	169,16
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190/10/5	3,90	0,00	0,00	9,80	40,18
2008		БАНАН	150	25,00	2,20	1,70	23,50	121,18
Итого за прием пищи:			545	51,91	15,70	15,80	68,20	490,93
ЗАВТРАК II								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
Итого за прием пищи:			515	14,80	18,70	19,00	74,10	557,18
ОБЕД								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,95	1,00	2,90	27,30	143,00
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/5	15,58	7,70	8,20	17,50	179,58
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	27,55	12,90	7,60	9,40	162,11
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	15,07	3,00	5,30	21,10	148,10
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	5,44	0,00	0,00	29,70	121,77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,30	0,20	8,50	42,04
Итого за прием пищи:			715	73,09	25,90	24,20	113,50	796,60
Всего за день:				139,80	60,30	59,00	255,80	1 844,71
Среднее значение за период:				0,00	30,15	29,50	127,90	922,36

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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	12,64	10,30	9,80	46,70	324,84
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/15	12,48	6,00	7,30	18,70	169,16
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190/10/5	3,90	0,00	0,00	9,80	40,18
2008		БАНАН	150	25,00	2,25	1,20	23,50	116,74
Итого за прием пищи:			550	54,02	18,55	18,30	98,70	650,92
ОБЕД								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	12,93	1,60	4,80	45,50	237,75
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/5	12,33	9,60	10,25	21,80	224,07
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	30,61	14,30	8,40	10,40	179,39
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	17,17	3,60	6,40	25,30	178,01
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	5,44	0,00	0,00	29,70	121,77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,30	0,20	8,50	42,04

Итого за прием пищи:	835	79,98	30,40	30,05	141,20	983,03
Всего за день:		134,00	48,95	48,35	239,90	1633,94
Среднее значение за период:			24,48	24,18	119,95	816,97



Итого за прием пищи: 835, 79,98, 30,40, 30,05, 141,20, 983,03

Всего за день: 134,00, 48,95, 48,35, 239,90, 1633,94

Среднее значение за период: 24,48, 24,18, 119,95, 816,97

№ п/п	№ рецепта	Наименование блюда	Единица измерения	Количество	Среднее значение за период	Итого за день	Итого за прием пищи
1	1	Пюре картофельное	г	100	100	100	100
2	2	Пюре морковное	г	100	100	100	100
3	3	Пюре тыквенное	г	100	100	100	100
4	4	Пюре кабачковое	г	100	100	100	100
5	5	Пюре цветочное	г	100	100	100	100
6	6	Пюре брокколи	г	100	100	100	100
7	7	Пюре спаржа	г	100	100	100	100
8	8	Пюре стручковая фасоль	г	100	100	100	100
9	9	Пюре горошек	г	100	100	100	100
10	10	Пюре чечевица	г	100	100	100	100
11	11	Пюре фасоль	г	100	100	100	100
12	12	Пюре нут	г	100	100	100	100
13	13	Пюре горох	г	100	100	100	100
14	14	Пюре соевые бобы	г	100	100	100	100
15	15	Пюре арахис	г	100	100	100	100
16	16	Пюре миндаль	г	100	100	100	100
17	17	Пюре фундук	г	100	100	100	100
18	18	Пюре грецкий орех	г	100	100	100	100
19	19	Пюре кедровый орех	г	100	100	100	100
20	20	Пюре кокос	г	100	100	100	100
21	21	Пюре льняное семя	г	100	100	100	100
22	22	Пюре чиа	г	100	100	100	100
23	23	Пюре пшеница	г	100	100	100	100
24	24	Пюре овес	г	100	100	100	100
25	25	Пюре гречка	г	100	100	100	100
26	26	Пюре рис	г	100	100	100	100
27	27	Пюре кукуруза	г	100	100	100	100
28	28	Пюре пшено	г	100	100	100	100
29	29	Пюре перловка	г	100	100	100	100
30	30	Пюре ячмень	г	100	100	100	100
31	31	Пюре просо	г	100	100	100	100
32	32	Пюре амарант	г	100	100	100	100
33	33	Пюре киноа	г	100	100	100	100
34	34	Пюре киноа	г	100	100	100	100
35	35	Пюре киноа	г	100	100	100	100
36	36	Пюре киноа	г	100	100	100	100
37	37	Пюре киноа	г	100	100	100	100
38	38	Пюре киноа	г	100	100	100	100
39	39	Пюре киноа	г	100	100	100	100
40	40	Пюре киноа	г	100	100	100	100
41	41	Пюре киноа	г	100	100	100	100
42	42	Пюре киноа	г	100	100	100	100
43	43	Пюре киноа	г	100	100	100	100
44	44	Пюре киноа	г	100	100	100	100
45	45	Пюре киноа	г	100	100	100	100
46	46	Пюре киноа	г	100	100	100	100
47	47	Пюре киноа	г	100	100	100	100
48	48	Пюре киноа	г	100	100	100	100
49	49	Пюре киноа	г	100	100	100	100
50	50	Пюре киноа	г	100	100	100	100