

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №7"

М.Ю.Вахрушев

(подпись)

Утверждаю:

Директор

ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.80 коп.

« 05 » апреля 2024

День 10:

Пятница

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

7-11 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	150	15,71	11,4	15,3	30,1	312,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102,0
2008		МАНДАРИН	100	27,94	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			500	49,90	15,5	15,9	68,5	490,1
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	15,58	3,8	7,3	34,6	225,3
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	44,13	9,6	12,4	7,3	184,6
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,44	8,4	4,2	38,2	230,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	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:			780	87,10	23,8	24,2	100,6	735,1
Всего за день:				151,80	45,3	45,1	178,5	1 334,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:

12 лет и старше

Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	200	25,68	15,7	17,5	40,1	391,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102,0
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	45,93	19,4	18,3	80,8	578,8
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	16,41	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	15,20	4,8	7,3	34,6	229,4
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	44,13	9,6	12,4	7,3	184,6
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,33	10,4	7,7	55,1	340,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	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:			850	91,07	27,2	27,8	119,0	858,0
Всего за день:				137,00	46,6	46,1	199,8	1 436,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	