

Согласовано: \_\_\_\_\_ Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_ Директор \_\_\_\_\_  
 МОУ "Серебрянская СОШ" \_\_\_\_\_  
 (подпись) Е.А. Фролова (подпись) И.А. Смирнов  
 (подпись) \_\_\_\_\_ (подпись) Смирнов Иван Андреевич  
**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб**  
 « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_

День 1: \_\_\_\_\_ Понедельник  
 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	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	15,08	8,9	7,9	37,7	264,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/25	21,46	8,8	8,5	20,6	199,6
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>515</b>	<b>39,04</b>	<b>17,70</b>	<b>16,40</b>	<b>68,00</b>	<b>503,89</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>220</b>	<b>18,96</b>	<b>3,60</b>	<b>4,50</b>	<b>14,90</b>	<b>117,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	10,62	5,6	7,9	28,9	214,9
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	21,17	3,0	9,9	46,5	295,0
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	31,98	12,7	6,1	11,4	155,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,53	0,1	0,0	11,2	46,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>81,80</b>	<b>23,20</b>	<b>24,20</b>	<b>107,50</b>	<b>760,93</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>44,50</b>	<b>45,10</b>	<b>190,40</b>	<b>1382,52</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>22,25</b>	<b>22,55</b>	<b>95,20</b>	<b>691,26</b>

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2011	401	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	18,22	13,4	13,8	47,6	378,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	10,65	4,3	4,4	20,1	141,0
2008		ЯБЛОКО	150	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>43,87</b>	<b>18,10</b>	<b>18,60</b>	<b>77,50</b>	<b>564,94</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>220</b>	<b>18,96</b>	<b>3,60</b>	<b>4,50</b>	<b>14,90</b>	<b>117,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	10,62	5,6	7,9	28,9	214,9
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,36	3,6	2,9	37,7	196,3
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	4,96	12,7	14,2	13,8	240,7
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,53	0,1	0,0	11,2	46,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>40,97</b>	<b>23,80</b>	<b>25,30</b>	<b>101,10</b>	<b>747,38</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>103,80</b>	<b>45,50</b>	<b>48,40</b>	<b>193,50</b>	<b>1430,02</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>36,00</b>	<b>22,75</b>	<b>24,20</b>	<b>96,75</b>	<b>715,01</b>

Согласовано:

Директор

МОУ "Серебрянская СОШ"

Е.А. Фролова



**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 126 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20

День 1:

Понедельник

Неделя:

первая

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	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	15,08	8,9	7,9	37,7	264,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	14,48	6,1	7,5	18,0	168,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	8,00	3,0	3,4	17,2	114,4
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>555</b>	<b>40,06</b>	<b>18,00</b>	<b>18,80</b>	<b>82,60</b>	<b>587,30</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	20,00	0,8	0,1	1,7	11,2
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	8,31	5,7	5,4	38,9	233,1
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	19,07	6,6	9,1	55,7	340,1
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	31,98	12,7	16,1	11,4	248,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,08	0,1	0,0	10,1	41,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>830</b>	<b>84,94</b>	<b>27,2</b>	<b>30,9</b>	<b>126,3</b>	<b>916,7</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>125,00</b>	<b>45,2</b>	<b>49,7</b>	<b>208,9</b>	<b>1 504,0</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>22,60</b>	<b>24,85</b>	<b>104,45</b>	<b>752,01</b>

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2011	401	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	18,22	13,4	13,8	47,6	378,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	10,65	4,3	4,4	20,1	141,0
2008		ЯБЛОКО	150	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>43,87</b>	<b>18,10</b>	<b>18,60</b>	<b>77,50</b>	<b>564,94</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	90	17,45	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	8,31	5,7	5,4	38,9	233,1
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	8,83	6,8	7,1	45,2	279,2
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	40,96	12,7	14,2	13,8	240,7
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,08	0,1	0,0	10,1	41,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>820</b>	<b>81,13</b>	<b>27,10</b>	<b>27,00</b>	<b>117,50</b>	<b>843,96</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>125,00</b>	<b>45,20</b>	<b>45,60</b>	<b>195,00</b>	<b>1408,90</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>22,60</b>	<b>22,80</b>	<b>97,50</b>	<b>704,45</b>