

Согласовано:

Директор  
МОУ "Серебрянская СОШ"

(подпись)

Е.А. Фролова

Утверждаю:

Директор  
ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

День 8:

среда

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	
<b>Завтрак</b>								
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	7,42	5,4	4,8	24,3	166,4
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	90	37,44	7,3	13,1	3,3	165,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,71	0,3	0,1	15,2	64,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,90	1,3	0,2	17,0	76,9
2008	344	НЕКТАРИН	180	59,40	1,9	0,5	15,5	76,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>652</b>	<b>110,87</b>	<b>16,20</b>	<b>18,70</b>	<b>75,30</b>	<b>549,06</b>
<b>Обед</b>								
2011	29	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	100	22,34	0,8	2,2	7,6	54,9
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/20/10	35,03	5,4	6,8	15,1	147,3
2008	260	АЗУ	200	60,91	16,6	17,8	48,1	430,8
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	20	2,86	2,5	1,6	12,2	75,2
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>840</b>	<b>131,92</b>	<b>28,10</b>	<b>29,00</b>	<b>113,50</b>	<b>850,26</b>
<b>Полдник</b>								
2011	406,2	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	25,00	9,3	10,2	24,6	233,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>360</b>	<b>80,00</b>	<b>12,80</b>	<b>12,30</b>	<b>48,00</b>	<b>363,67</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>322,79</b>	<b>77,1</b>	<b>76,4</b>	<b>245,5</b>	<b>2 008,8</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

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	
<b>Завтрак</b>								
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	7,13	6,4	5,7	41,2	248,0
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	41,58	7,9	13,8	3,8	176,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,72	0,3	0,1	15,2	64,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,90	1,3	0,2	17,0	76,9
2008	344	НЕКТАРИН	180	59,40	1,9	0,5	15,5	76,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>680</b>	<b>113,73</b>	<b>17,80</b>	<b>20,30</b>	<b>92,65</b>	<b>641,64</b>
<b>Обед</b>								
2011	29	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	100	22,34	0,8	2,2	7,6	54,9
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/20/10	35,03	5,4	6,8	15,1	147,3
2008	260	АЗУ	200	60,91	16,6	17,8	48,1	430,8
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>820</b>	<b>129,06</b>	<b>25,60</b>	<b>27,40</b>	<b>101,30</b>	<b>775,11</b>
<b>Полдник</b>								
2011	406,2	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	25,00	9,3	10,2	24,6	233,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ "ИММУНЕЛЕ"	100	30,00	2,5	1,9	3,8	43,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>360</b>	<b>80,00</b>	<b>12,80</b>	<b>12,30</b>	<b>48,00</b>	<b>363,67</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>322,79</b>	<b>77,1</b>	<b>76,4</b>	<b>245,5</b>	<b>2 008,8</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	