

Согласовано:

Директор  
МОУ "Серебрянская СОШ"

Е.А. Фролова

(подпись)

Утверждаю:

Директор  
И.А. Смирнов

(подпись)

И.А. Смирнов

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

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

День 7:

Неделя:

Возрастная категория:

вторник

вторая

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	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/30	68,95	8,6	11,2	2,3	148,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	23,32	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	342	БАНАН	180	43,20	3,5	1,2	48,3	222,9
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>605</b>	<b>138,4</b>	<b>22,8</b>	<b>22,1</b>	<b>84,8</b>	<b>646,0</b>
<b>Обед</b>								
2012	26	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ	100	28,58	1,0	6,1	3,7	76,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/10	27,69	8,5	6,4	41,2	263,3
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	200	68,14	13,9	14,5	45,6	378,8
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	6,16	0,1	0,0	10,1	41,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>820</b>	<b>134,37</b>	<b>26,10</b>	<b>27,40</b>	<b>117,60</b>	<b>843,99</b>
<b>Полдник</b>								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	25,00	10,2	11,1	26,9	255,3
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>300</b>	<b>50,00</b>	<b>11,20</b>	<b>11,30</b>	<b>46,50</b>	<b>341,66</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>322,79</b>	<b>24,50</b>	<b>21,40</b>	<b>88,00</b>	<b>660,27</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

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	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/30	68,95	8,9	11,7	2,7	156,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	23,32	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	342	БАНАН	180	43,20	3,5	1,2	48,3	222,9
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>605</b>	<b>138,4</b>	<b>23,1</b>	<b>22,6</b>	<b>85,2</b>	<b>653,5</b>
<b>Обед</b>								
2012	26	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ	100	28,58	1,0	6,1	3,7	76,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/10	27,69	8,5	6,4	41,2	263,3
2011	232	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	200	68,14	13,9	14,5	45,6	378,8
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	6,16	0,1	0,0	10,1	41,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>820</b>	<b>134,37</b>	<b>26,10</b>	<b>27,40</b>	<b>117,60</b>	<b>843,99</b>
<b>Полдник</b>								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	25,00	10,2	11,1	26,9	255,3
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>300</b>	<b>50,00</b>	<b>11,20</b>	<b>11,30</b>	<b>46,50</b>	<b>341,66</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>322,79</b>	<b>24,50</b>	<b>21,40</b>	<b>88,00</b>	<b>660,27</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	