

Согласовано:
Директор
МОУ "Серебрянская СОШ"
(подпись)

Е.А. Фролова

Утверждаю:
Директор
ИП Смирнов И.А.

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

« _____ » _____ 20 _____

День 3:

среда

Неделя:

первая

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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	61,14	18,6	19,4	35,5	402,2
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	9,35	1,5	1,3	22,4	110,1
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	341	ГРУША	150	45,00	0,7	0,5	18,5	83,4
Итого за прием пищи:			570	122,64	27,1	25,2	107,0	784,2
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	34,45	0,8	6,1	2,4	69,9
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	29,32	6,2	5,8	37,1	231,5
2011	265	ПЛОВ	200	75,60	20,3	19,3	53,6	482,5
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
Итого за прием пищи:			790	150,15	30,1	31,8	123,6	925,9
Полдник								
2008	189	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	25,00	10,2	11,1	15,2	207,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
Итого за прием пищи:			300	50,00	11,20	11,30	35,00	294,51
Всего за день:				322,79	68,40	68,30	265,60	2 004,59
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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	
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	64,04	19,3	20,1	42,3	439,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	9,35	1,5	1,3	22,4	110,1
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	341	ГРУША	150	45,00	0,7	0,5	18,5	83,4
Итого за прием пищи:			580	125,54	27,8	25,9	113,8	821,4
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	34,45	0,8	6,1	2,4	69,9
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	25,47	5,7	4,9	37,1	221,1
2011	265	ПЛОВ	200	75,60	20,3	19,3	53,6	482,5
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,75	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			800	147,25	29,6	30,9	123,6	915,5
Полдник								
2008	189	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	25,00	10,2	11,1	15,2	207,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
Итого за прием пищи:			300	50,00	11,20	11,30	35,00	294,51
Всего за день:				322,79	68,60	68,10	272,40	2 031,43
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	