

Согласовано:
 Директор
 МОУ "Оредержская СОШ им. Героя Советского Союза Семенова А.И."
 (подпись) А.С. Андреева

Утверждаю:
 Директор
 ИП Смирнов И.А.
 (подпись) И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

День 9:
 Неделя: четверг
 Возрастная категория: вторая 7-11 лет

« 01 » июля 20 24

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	40,51	18,2	20,9	2,8	280,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30/10	8,79	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	343	АПЕЛЬСИН	180	48,05	1,6	0,4	14,6	70,1
Итого за прием пищи:			570	100,30	26,10	25,34	57,65	579,04
Обед								
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1 ВАРИАНТ	100	21,04	0,4	6,1	1,4	64,2
2011	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	33,14	5,6	7,0	20,5	172,0
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ	90	49,41	11,5	14,8	8,0	217,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	22,93	3,5	4,2	14,9	114,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	5,02	0,0	0,0	23,2	95,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			880	142,49	29,96	36,44	115,57	935,57
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	30,00	10,1	11,1	30,8	270,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
		ШОКОЛАД МИЛКИ ВЭЙ	26	25,00	2,0	0,5	16,0	78,7
Итого за прием пищи:			301	80,00	13,08	11,84	66,38	435,90
Всего за день:				322,79	69,14	73,62	239,60	1 950,50
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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	
Завтрак								
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	48,61	18,2	20,9	2,8	280,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30/10	8,79	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	343	АПЕЛЬСИН	150	39,93	1,6	0,4	14,6	70,1
Итого за прием пищи:			550	100,28	26,10	25,34	57,65	579,04
Обед								
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1 ВАРИАНТ	100	21,04	0,4	6,1	1,4	64,2
2011	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	23,08	5,6	7,0	20,5	172,0
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ	100	54,88	11,5	14,8	8,0	217,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	27,54	3,5	4,2	14,9	114,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	5,02	0,0	0,0	23,2	95,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			920	142,51	29,96	36,44	115,57	935,57
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	30,00	10,1	11,1	30,8	270,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
		ШОКОЛАД МИЛКИ ВЭЙ	26	25,00	2,0	0,5	16,0	78,7
Итого за прием пищи:			301	80,00	13,08	11,84	66,38	435,90
Всего за день:				322,79	69,14	73,62	239,60	1 950,50
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	