

Согласовано:

Директор

МОУ "Ордерская 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 10:

Неделя:

Возрастная категория:

« 26 » июль 20 24

пятница

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 | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧЫМ | 200 | 16,76 | 6,5 | 7,4 | 21,7 | 184,4 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 9,35 | 3,3 | 2,4 | 36,6 | 185,9 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40/25 | 27,72 | 9,6 | 9,8 | 12,2 | 180,5 |
| 2008 | 340 | МАНДАРИН | 100 | 24,48 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 35,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 565 | 78,3 | 20,2 | 19,8 | 78,0 | 586,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 27 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ | 100 | 35,02 | 1,5 | 5,1 | 8,9 | 90,1 |
| 2011 | 101 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И КУРОЙ | 250 | 24,05 | 7,1 | 8,1 | 19,3 | 183,6 |
| 2011 | 256 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 100 | 69,66 | 11,9 | 12,7 | 8,9 | 203,4 |
| 2008 | 141 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 150 | 30,07 | 3,0 | 4,5 | 31,6 | 183,7 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 6,88 | 0,0 | 0,0 | 9,7 | 39,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,80 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 84,1 |
| Итого за прием пищи: | | | 840 | 169,48 | 26,10 | 30,80 | 95,40 | 784,59 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 406.2 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С | 60 | 20,00 | 7,3 | 9,2 | 28,6 | 232,8 |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | | | 360 | 75,00 | 10,80 | 11,30 | 52,00 | 362,57 |
| Всего за день: | | | 360 | 322,79 | 57,10 | 61,90 | 225,40 | 1 733,92 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |
| 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 | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧЫМ | 200 | 16,76 | 6,5 | 7,4 | 21,7 | 184,4 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 9,35 | 3,3 | 2,4 | 36,6 | 185,9 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40/20 | 23,27 | 9,6 | 9,8 | 12,2 | 180,5 |
| 2008 | 340 | МАНДАРИН | 100 | 24,48 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 35,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 560 | 73,9 | 20,2 | 19,8 | 78,0 | 586,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 27 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ | 100 | 35,02 | 1,5 | 5,1 | 8,9 | 90,1 |
| 2011 | 101 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И КУРОЙ | 250 | 24,05 | 7,1 | 8,1 | 19,3 | 183,6 |
| 2008 | 257 | МЯСО ТУШЕНОЕ | 100 | 69,66 | 11,9 | 12,7 | 8,9 | 203,4 |
| 2008 | 141 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 180 | 34,52 | 4,2 | 6,2 | 42,3 | 248,3 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 6,88 | 0,0 | 0,0 | 9,7 | 39,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,80 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 84,1 |
| Итого за прием пищи: | | | 870 | 173,9 | 27,3 | 32,5 | 106,1 | 849,2 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 406.2 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ | 60 | 20,00 | 7,3 | 9,2 | 28,6 | 232,8 |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | | | 360 | 75,00 | 10,80 | 11,30 | 52,00 | 362,57 |
| Всего за день: | | | 360 | 322,79 | 58,30 | 63,60 | 236,10 | 1 798,52 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |