Согласовано:
Директор
МБОУ "СОШ №5"
_____ О. В. Ингинен
(подпись)

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

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

«_10_» _июля_ 2023

День 10:
Неделя:
Возрастная категория: 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	18,10	5,6	3,7	42,9	233,3
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	11,05	3,3	2,4	36,6	185,9
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/20	11,10	3,8	10,6	18,4	189,6
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	12,00	8,7	7,0	0,4	102,4
Итого за прием пищи:			**530**	**52,3**	**21,4**	**23,7**	**98,3**	**711,2**
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	15,08	0,7	0,1	2,3	13,2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ	250/25	43,90	7,1	8,1	19,3	183,6
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	72,34	11,9	12,7	8,9	203,4
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	27,75	3,0	4,5	31,6	183,7
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			**875**	**176,4**	**31,6**	**29,8**	**119,4**	**896,2**
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	125	35,00	2,5	1,9	3,8	43,5
2011	406.2	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕНЫЕ 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
Итого за прием пищи:			**385**	**80,00**	**10,80**	**11,30**	**52,00**	**362,57**
Всего за день:				**308,60**	**63,80**	**64,80**	**269,70**	**1 969,99**
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 СЛИВОЧНЫМ	250/5	18,10	5,6	3,7	42,9	233,3
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	11,05	3,3	2,4	36,6	185,9
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/10	15,30	6,2	12,3	24,1	238,6
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	12,00	8,7	7,0	0,4	102,4
Итого за прием пищи:			**555**	**56,5**	**23,8**	**25,4**	**104,0**	**760,2**
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	25,13	3,2	1,2	8,9	60,8
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ	250/10	30,10	7,1	8,1	19,3	183,6
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	72,34	11,9	12,7	8,9	203,4
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	33,30	4,2	6,2	42,3	248,3
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			**880**	**172,2**	**29,0**	**28,6**	**106,1**	**819,9**
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	125	35,00	2,5	1,9	3,8	43,5
2011	406.2	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕНЫЕ 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
Итого за прием пищи:			**385**	**80,00**	**10,80**	**11,30**	**52,00**	**362,57**
Всего за день:				**308,60**	**63,60**	**65,30**	**262,10**	**1 942,66**
Сбалансированность:				**0,00**	**1**	**1**	**4**	