

Согласовано:

Директор

МБОУ "СОШ №5"

О.В. Ингинен

(подпись)

Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 161 руб.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

День 7:

Вторник

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	49,71	15,4	16,7	25,9	324,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	75,01	19,6	18,6	71,1	544,9

Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,51	1,0	1,9	3,7	36,9
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	17,81	7,1	8,3	26,9	216,6
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100	32,57	13,8	15,4	32,8	334,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	18,01	2,5	0,8	24,3	117,3
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5,03	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			760	83,99	25,8	26,7	112,9	817,0
Всего за день:				159,00	45,4	45,3	184,0	1 361,8
Сбалансированность:				2,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	45,08	15,4	17,2	34,8	365,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			530	70,38	19,6	19,1	80,0	586,0
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,17	1,5	1,9	3,7	39,0
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	17,81	7,1	8,3	26,9	216,6
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100	32,57	13,8	15,4	32,8	334,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	21,61	4,0	2,1	41,2	204,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			800	90,62	27,7	27,9	122,8	876,5
Всего за день:				161,00	47,3	47,0	202,8	1 462,5
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	