

Согласовано:

Директор

МОУ "СОШ №5"

О.В. Ингинен
(подпись)
О.В. Ингинен

Утверждаю:

Директор

И.А. Смирнов

И.А. Смирнов
(подпись)
И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« _____ » _____ 2023

День 8: 22 мая 2024 год

Среда

Неделя:

вторая

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 | | | | | | | | |
| 2011 | 223 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 180/20 | 29,39 | 15,9 | 15,8 | 47,5 | 406,9 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | 2,50 | 0,0 | 0,0 | 9,7 | 39,8 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 10,00 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 45,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 500 | 41,9 | 16,3 | 16,2 | 67,0 | 492,2 |
| ЗАВТРАК II | | | | | | | | |
| | | МОЛОКО | 200 | 14,80 | 3,0 | 3,2 | 5,9 | 66,3 |
| | | ВАФЛИ | 20 | 6,80 | 0,7 | 1,2 | 9,3 | 52,2 |
| Итого за прием пищи: | | | 220 | 21,60 | 3,70 | 4,40 | 15,20 | 118,41 |
| ОБЕД | | | | | | | | |
| 2008 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" | 60 | 8,23 | 0,8 | 3,1 | 4,8 | 51,8 |
| 2011 | 101 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ | 250 | 10,90 | 5,5 | 5,3 | 29,8 | 194,0 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 22,69 | 3,5 | 3,1 | 34,5 | 184,6 |
| 2011 | 278 | ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ | 100/20 | 30,49 | 11,9 | 11,6 | 21,8 | 246,1 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | 2,50 | 0,0 | 0,0 | 9,7 | 39,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,50 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 42,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 800 | 76,3 | 23,0 | 23,3 | 109,1 | 758,3 |
| Всего за день: | | | | 139,80 | 43,00 | 43,90 | 191,30 | 1368,90 |
| Среднее значение за период: | | | | 0,00 | 21,50 | 21,95 | 95,65 | 684,45 |

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, |
|------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------|--------------|---------------|------------------|--------------|---------------|--------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| 2011 | 223 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ | 180/20 | 21,49 | 17,9 | 17,8 | 52,5 | 454,2 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | 2,50 | 0,0 | 0,0 | 9,7 | 39,8 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 150 | 15,00 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 68,3 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 38,99 | 18,5 | 18,4 | 76,9 | 562,3 |
| ОБЕД | | | | | | | | |
| 2008 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" | 100 | 13,71 | 1,4 | 5,2 | 8,0 | 86,9 |
| 2011 | 101 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ | 250 | 10,30 | 5,2 | 4,8 | 29,8 | 188,1 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 27,91 | 5,2 | 6,1 | 43,8 | 257,6 |
| 2011 | 278 | ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ | 100/10 | 30,09 | 14,6 | 11,6 | 14,8 | 228,4 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | 2,50 | 0,0 | 0,0 | 9,7 | 39,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,50 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 42,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 870 | 86,01 | 27,70 | 27,90 | 114,60 | 842,90 |
| Всего за день: | | | | 125,00 | 46,20 | 46,30 | 191,50 | 1405,16 |
| Среднее значение за период: | | | | 0,00 | 23,10 | 23,15 | 95,75 | 702,58 |

Зав. производством Руслан Русланович С.В.