

Согласовано:

Директор

МОУ "Осьминская СОШ"

Е.М. Николаева

(подпись)

Утверждаю:

И.А. Смирнов

Иван

И.А. Смирнов

Андреев (подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« » 2023

День 5:

Неделя:

Возрастная категория:

Пятница

первая

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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	29,39	16,3	17,6	48,9	431,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,2	37,7
2008		БАТОН	20	2,00	1,5	0,6	10,3	54,0
2008		ЯБЛОКО	100	12,00	0,5	0,5	11,8	55,1
Итого за прием пищи:			550	45,89	18,3	18,7	80,2	577,8

ЗАВТРАК II								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
Итого за прием пищи:			220	18,96	3,60	4,50	14,90	117,70

ОБЕД								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,95	1,0	1,9	3,8	37,4
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ	250/25	17,54	7,2	2,8	32,6	189,2
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ	100	36,79	11,0	15,8	14,9	253,1
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,49	3,6	2,9	37,7	196,3
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,68	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:			715	74,95	24,1	23,6	107,2	757,8

Всего за день:				139,80	46,00	46,80	202,30	1453,27
Среднее значение за период:				0,00	23,00	23,40	101,15	726,64

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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	29,39	16,3	17,6	48,9	431,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,2	37,7
2008		БАТОН	30	2,00	2,3	0,9	15,4	80,9
2008		ЯБЛОКО	120	12,00	0,5	0,5	11,8	55,1
Итого за прием пищи:			550	45,89	19,1	19,0	85,3	604,7

ОБЕД								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	13,25	2,6	5,1	8,2	91,7
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ	250/15	14,92	7,2	2,8	32,6	189,2
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ	100	36,79	11,0	15,8	14,9	253,1
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	8,97	5,8	4,4	45,2	250,0
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,68	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:			840	79,11	27,9	28,3	119,1	865,9
Всего за день:				125,00	47,00	47,30	204,40	1470,63
Среднее значение за период:				0,00	23,50	23,65	102,20	735,32