

Согласовано:

Директор

МОУ "Осьминская СОШ"

Е.М. Николаева

(подпись)

Утверждаю:

Директор

И.А. Смирнов

Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« _____ » _____ 2023

День 3:

Среда

Неделя:

первая

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	
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	29,71	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	42,21	16,30	16,20	67,00	492,19

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
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	14,73	8,2	9,1	26,4	226,5
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	33,83	12,8	12,6	14,9	230,8
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	15,29	2,9	2,9	32,2	170,9
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	3,83	0,1	0,1	13,1	55,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
Итого за прием пищи:			805	78,63	27,70	27,00	107,40	808,01
Всего за день:				139,80	47,60	47,70	189,30	1414,90
Среднее значение за период:				0,00	23,80	23,85	94,65	707,45

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	
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180/20	23,61	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	41,11	18,5	18,4	76,9	562,3

ОБЕД

2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	13,25	2,6	5,1	8,2	91,7
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	13,51	4,2	7,2	18,6	160,4
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	33,83	12,8	12,6	14,9	230,8
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	18,35	6,5	3,5	42,6	233,9
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	3,45	0,1	0,1	11,8	49,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			830	83,89	27,50	28,70	104,60	808,52
Всего за день:				125,00	46,00	47,10	181,50	1370,78
Среднее значение за период:				0,00	23,00	23,55	90,75	685,39