

Согласовано:  
 Директор  
 МОУ "Толмачевская СОШ им. Героя Советского Союза И.И.Прохорова"  
 Ю.И.Шевцова  
 (подпись)

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

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.**

« 13 » ИЮНЯ 2023

День 9: **четверг**  
 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	37,87	12,1	14,4	18,2	258,2
2008		БИОКЕФИР	150	42,00	2,1	3,8	22,6	136,6
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>88,37</b>	<b>20,5</b>	<b>22,2</b>	<b>81,1</b>	<b>623,0</b>
<b>Обед</b>								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	18,42	0,8	6,1	2,4	69,9
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И КУРОЙ	250/10	21,77	5,6	5,4	20,5	157,2
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ	90	37,82	8,5	7,2	8,0	134,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	35,97	3,5	4,2	14,9	114,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>850</b>	<b>127,28</b>	<b>27,30</b>	<b>27,30</b>	<b>103,10</b>	<b>788,53</b>
<b>Полдник</b>								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	20,00	10,1	11,1	30,8	270,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008	340	АПЕЛЬСИН	190	47,95	0,8	0,2	7,5	35,9
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>465</b>	<b>92,95</b>	<b>11,90</b>	<b>11,50</b>	<b>57,90</b>	<b>393,13</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>308,6</b>	<b>59,7</b>	<b>61,0</b>	<b>242,1</b>	<b>1 804,7</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

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	
<b>Завтрак</b>								
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	38,03	14,5	17,3	31,6	349,7
2008		БИОКЕФИР	150	42,00	2,1	3,8	22,6	136,6
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>580</b>	<b>88,53</b>	<b>22,9</b>	<b>25,1</b>	<b>94,5</b>	<b>714,6</b>
<b>Обед</b>								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	30,71	1,3	10,2	4,0	116,6
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И КУРОЙ	250/10	21,77	5,6	5,4	20,5	157,2
2011	270	КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ	100/3	42,02	14,3	9,7	11,6	196,4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	43,13	8,9	6,9	21,6	189,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>883</b>	<b>144,93</b>	<b>32,70</b>	<b>32,60</b>	<b>84,40</b>	<b>783,29</b>
<b>Полдник</b>								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	20,00	10,1	11,1	30,8	270,9
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008	340	МАНДАРИН	120	30,14	0,8	0,2	7,5	35,9
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>395</b>	<b>75,14</b>	<b>11,90</b>	<b>11,50</b>	<b>57,90</b>	<b>393,13</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>308,60</b>	<b>67,50</b>	<b>69,18</b>	<b>236,80</b>	<b>1 891,00</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	