

Согласовано:  
 Директор  
 МОУ "Толмачевская СОШ им. Героя Советского Союза И.И.Прохорова"

Ю.И.Шевцова

(подпись)

Утверждаю  
 Директор  
 ИП Смирнов И.А

Иван Андреевич Смирнов

(подпись)

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

« 19 » июня 2023

День 3: среда  
 Неделя: первая  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	37,99	18,6	19,4	35,5	402,2
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	11,05	1,5	1,3	22,4	110,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
2008		ЙОГУРТ	125	35,00	2,5	1,9	3,8	43,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>545</b>	<b>90,04</b>	<b>28,9</b>	<b>26,6</b>	<b>92,3</b>	<b>744,3</b>
<b>Обед</b>								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	30,71	0,8	6,1	2,4	69,9
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	14,17	5,7	4,9	37,1	221,1
2011	265	ПЛОВ	240	67,80	20,3	19,3	53,6	482,5
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,68	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>830</b>	<b>126,16</b>	<b>29,6</b>	<b>30,9</b>	<b>123,6</b>	<b>915,5</b>
<b>Полдник</b>								
1996	701	КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	35,00	10,2	11,1	15,2	207,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
2008	341	ГРУША	180	32,40	0,7	0,5	18,5	83,4
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>480</b>	<b>92,40</b>	<b>11,90</b>	<b>11,80</b>	<b>53,50</b>	<b>377,88</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>308,60</b>	<b>70,40</b>	<b>69,30</b>	<b>269,40</b>	<b>2 037,67</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	45,58	19,3	20,1	42,3	439,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	11,05	1,5	1,3	22,4	110,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
2008		ЙОГУРТ	125	35,00	2,5	1,9	3,8	43,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>575</b>	<b>97,63</b>	<b>29,6</b>	<b>27,3</b>	<b>99,1</b>	<b>781,6</b>
<b>Обед</b>								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	30,71	0,8	6,1	2,4	69,9
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	14,17	5,7	4,9	37,1	221,1
2011	265	ПЛОВ	280	79,10	22,3	21,8	68,2	573,8
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,68	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>870</b>	<b>137,46</b>	<b>31,6</b>	<b>33,4</b>	<b>138,2</b>	<b>1 006,8</b>
<b>Полдник</b>								
1996	701	КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	100	35,00	10,2	11,1	15,2	207,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	8,68	0,2	0,2	13,5	58,0
2008	341	ГРУША	160	29,83	0,6	0,4	17,1	76,3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>460</b>	<b>73,51</b>	<b>11,00</b>	<b>11,70</b>	<b>45,80</b>	<b>341,69</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>308,60</b>	<b>72,20</b>	<b>72,40</b>	<b>283,10</b>	<b>2 130,05</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	