

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

утверждаю
 Директор
 ИП Смирнов И.А.
 И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

« 20 » ИЮНЯ 2023

День 4: **четверг**
 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	
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	17,36	7,6	9,7	39,3	282,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,10	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	19,97	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	344	НЕКТАРИН	160	40,65	1,8	0,4	16,2	77,5
Итого за прием пищи:			620	81,08	20,10	19,80	89,70	634,32
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	15,93	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/10	32,75	5,3	5,2	16,8	139,0
2008	323	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	12,92	4,2	3,7	37,0	203,3
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	39,05	7,6	11,2	3,1	148,0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	13,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,00	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	7,00	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			910	125,13	27,00	28,10	117,50	853,78
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	22,39	7,6	9,1	31,8	246,2
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ	150	55,00	2,8	2,1	4,3	48,6
Итого за прием пищи:			450	102,39	11,40	11,40	55,70	381,13
Всего за день:				308,60	58,50	59,30	262,90	1 869,23
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	17,36	7,6	9,7	39,3	282,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,10	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	19,57	10,7	9,7	24,5	234,5
2008	344	НЕКТАРИН	155	38,47	1,8	0,4	16,2	77,5
Итого за прием пищи:			660	78,50	20,10	19,80	89,70	634,32
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	15,93	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/10	32,75	5,3	5,2	16,8	139,0
2008	323	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	15,50	5,0	4,4	44,4	243,6
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	39,05	7,6	11,2	3,1	148,0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	13,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,00	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	7,00	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			937	127,71	27,84	28,80	124,90	894,07
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	22,39	7,6	9,1	31,8	246,2
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
2008		ЙОГУРТ	150	55,00	2,8	2,1	4,3	48,6
Итого за прием пищи:			450	102,39	11,40	11,40	55,70	381,13
Всего за день:				308,60	59,34	60,00	270,30	1 909,52
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	