

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.

« 28 » ИЮНЯ 2023

День 10: **пятница**
 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	
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧЫМ	250	18,10	5,6	3,7	42,9	233,3
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	11,05	3,3	2,4	36,6	185,9
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/20	11,10	3,8	10,6	18,4	189,6
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	12,00	8,7	7,0	0,4	102,4
Итого за прием пищи:			530	52,3	21,4	23,7	98,3	711,2
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	15,08	0,7	0,1	2,3	13,2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ	250/25	43,90	7,1	8,1	19,3	183,6
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	72,34	11,9	12,7	8,9	203,4
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	27,75	3,0	4,5	31,6	183,7
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,48	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
Итого за прием пищи:			875	176,4	31,6	29,8	119,4	896,2
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	125	35,00	2,5	1,9	3,8	43,5
2011	406.2	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ	60	20,00	7,3	9,2	28,6	232,8
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
Итого за прием пищи:			385	80,00	10,80	11,30	52,00	362,57
Всего за день:				308,60	63,80	64,80	269,70	1 969,99
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 ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧЫМ	250/5	18,10	5,6	3,7	42,9	233,3
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	11,05	3,3	2,4	36,6	185,9
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50/10	15,30	6,2	12,3	24,1	238,6
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	12,00	8,7	7,0	0,4	102,4
Итого за прием пищи:			555	56,5	23,8	25,4	104,0	760,2
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	25,13	3,2	1,2	8,9	60,8
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ	250/10	30,10	7,1	8,1	19,3	183,6
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	72,34	11,9	12,7	8,9	203,4
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	33,30	4,2	6,2	42,3	248,3
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			880	172,2	29,0	28,6	106,1	819,9
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	125	35,00	2,5	1,9	3,8	43,5
2011	406.2	ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ	60	20,00	7,3	9,2	28,6	232,8
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	25,00	1,0	0,2	19,6	86,3
Итого за прием пищи:			385	80,00	10,80	11,30	52,00	362,57
Всего за день:				308,60	63,60	65,30	262,10	1 942,66
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	