

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.

« 8 » ИЮНЯ 2023

День 7: вторник
 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 | 219 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ | 150/20 | 43,88 | 8,6 | 11,2 | 2,3 | 148,9 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,50 | 0,0 | 0,0 | 9,7 | 39,8 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40/20 | 18,77 | 10,7 | 9,7 | 24,5 | 234,5 |
| 2008 | 342 | БАНАН | 230 | 46,85 | 3,5 | 1,2 | 48,3 | 222,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 660 | 112,0 | 22,8 | 22,1 | 84,8 | 646,0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 24 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 100 | 25,24 | 1,0 | 6,1 | 3,7 | 76,0 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 250/20/10 | 23,54 | 8,5 | 6,4 | 41,2 | 263,3 |
| 2008 | 239 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ | 90 | 28,31 | 10,8 | 9,1 | 25,3 | 232,6 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 24,99 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 146,2 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 200 | 4,72 | 0,1 | 0,0 | 10,1 | 41,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,80 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 84,1 |
| Итого за прием пищи: | | | 860 | 111,60 | 26,10 | 27,40 | 117,60 | 843,99 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 1996 | 701 | КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ | 100 | 35,00 | 10,2 | 11,1 | 26,9 | 255,3 |
| 2011 | 389 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ | 200 | 25,00 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 86,3 |
| 2008 | | ВАФЛИ | 50 | 25,00 | 0,8 | 1,0 | 23,2 | 107,7 |
| Итого за прием пищи: | | | 350 | 85,00 | 12 | 12,3 | 69,7 | 449,36 |
| Всего за день: | | | | 308,60 | 60,85 | 61,75 | 272,10 | 1 939,37 |
| 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 | 219 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ | 180/20 | 46,15 | 8,9 | 11,7 | 2,7 | 156,4 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,50 | 0,0 | 0,0 | 9,7 | 39,8 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40/20 | 18,77 | 10,7 | 9,7 | 24,5 | 234,5 |
| 2008 | 342 | БАНАН | 200 | 40,00 | 3,0 | 1,0 | 32,2 | 153,6 |
| Итого за прием пищи: | | | 660 | 107,4 | 22,6 | 22,4 | 69,1 | 584,3 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 24 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 100 | 25,24 | 1,0 | 6,1 | 3,7 | 76,0 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И КУРОЙ | 250/10 | 19,99 | 8,5 | 6,4 | 41,2 | 263,3 |
| 2008 | 239 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ | 100 | 31,45 | 11,2 | 10,9 | 26,4 | 255,5 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 29,98 | 3,7 | 6,5 | 24,3 | 175,3 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 200 | 4,72 | 0,1 | 0,0 | 10,1 | 41,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,80 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 84,1 |
| Итого за прием пищи: | | | 880 | 116,18 | 27,10 | 30,30 | 122,70 | 895,97 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 1996 | 701 | КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ | 100 | 35,00 | 10,2 | 11,1 | 26,9 | 255,3 |
| 2011 | 389 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ | 200 | 25,00 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 86,3 |
| 2008 | | ВАФЛИ | 50 | 25,00 | 0,8 | 1,0 | 23,2 | 107,7 |
| Итого за прием пищи: | | | 350 | 85,00 | 12,00 | 12,30 | 69,70 | 449,36 |
| Всего за день: | | | | 308,60 | 61,70 | 65,00 | 261,50 | 1 929,62 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |