



Согласовано:

Директор  
"Толмачевская СОШ"  
И.И. Шевцова

(подпись)

Ю.И. Шевцова

Утверждаю:

Директор

СМИРНОВ  
Иван (подпись)

И.А. Смирнов

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023

День 1:

Понедельник

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	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	15,08	8,9	7,9	37,7	264,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/25	21,46	8,8	8,5	20,6	199,6
Итого за прием пищи:			515	39,04	17,70	16,40	68,00	503,89
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
Итого за прием пищи:			220	18,96	3,60	4,50	14,90	117,70
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	10,62	5,6	7,9	28,9	214,9
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	21,17	3,0	9,9	46,5	295,0
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	31,98	12,7	6,1	11,4	155,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,53	0,1	0,0	11,2	46,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			780	81,80	23,20	24,20	107,50	750,93
<b>Всего за день:</b>				139,80	44,50	45,10	190,40	1382,52
<b>Среднее значение за период:</b>				0,00	22,25	22,55	95,20	691,26

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	401	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	18,22	13,4	13,8	47,6	378,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	10,65	4,3	4,4	20,1	141,0
2008		ЯБЛОКО	150	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	43,87	18,10	18,60	77,50	564,94
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
Итого за прием пищи:			220	18,96	3,60	4,50	14,90	117,70
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	10,62	5,6	7,9	28,9	214,9
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,36	3,6	2,9	37,7	196,3
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	4,96	12,7	14,2	13,8	240,7
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,53	0,1	0,0	11,2	46,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			780	40,97	23,80	25,30	101,10	747,38
<b>Всего за день:</b>				103,80	45,50	48,40	193,50	1430,02
<b>Среднее значение за период:</b>				36,00	22,75	24,20	96,75	715,01



МОУ Олшанчевская СОШ им. Героя Советского Союза И.И. Прохорова"

Ю.И. Шевцова

М.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью **125 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023

День 2: Вторник  
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	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2011	182	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	17,97	12,5	13,7	49,4	381,2
2008		БАТОН	20	2,00	1,5	0,6	10,3	54,0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,70	0,1	0,0	9,8	40,6
2008		ЯБЛОКО	180	19,39	0,6	0,6	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			<b>600</b>	<b>43,06</b>	<b>14,70</b>	<b>14,90</b>	<b>84,20</b>	<b>544,05</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
2008		ПРЯНИКИ	20	8,00	0,7	1,2	9,3	52,2
Итого за прием пищи:			<b>220</b>	<b>22,80</b>	<b>3,70</b>	<b>4,40</b>	<b>15,20</b>	<b>118,41</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	60	8,19	0,8	3,1	4,8	51,8
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	15,22	5,0	9,0	26,1	211,2
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	240	40,11	14,4	11,2	42,1	335,8
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,92	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
2008		БАТОН	50	5,00	3,8	1,5	25,7	134,9
Итого за прием пищи:			<b>820</b>	<b>73,94</b>	<b>25,30</b>	<b>25,00</b>	<b>116,90</b>	<b>815,52</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>43,70</b>	<b>44,30</b>	<b>216,30</b>	<b>1477,99</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>21,85</b>	<b>22,15</b>	<b>108,15</b>	<b>739,00</b>

Сборник рецептур	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углевод	
<b>ЗАВТРАК</b>								
208	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	15,52	10,3	11,4	49,1	349,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	25,00	5,6	4,8	27,2	179,1
Итого за прием пищи:			<b>500</b>	<b>43,02</b>	<b>15,90</b>	<b>16,20</b>	<b>86,00</b>	<b>568,45</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
2008		ПРЯНИКИ	20	8,00	0,7	1,2	9,3	52,2
Итого за прием пищи:			<b>220</b>	<b>22,80</b>	<b>3,70</b>	<b>4,40</b>	<b>15,20</b>	<b>118,41</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	60	8,19	0,8	3,1	4,8	51,8
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	15,22	5,0	9,0	26,1	211,2
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	9,30	8,4	4,2	38,2	230,1
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ ЦЫПЛЯТ	100	31,98	12,7	6,1	11,4	155,5
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,92	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
2008		БАТОН	30	3,87	3,8	1,5	25,7	134,9
Итого за прием пищи:			<b>820</b>	<b>73,98</b>	<b>32,00</b>	<b>24,10</b>	<b>124,40</b>	<b>865,37</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>51,60</b>	<b>44,70</b>	<b>225,60</b>	<b>1552,23</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>25,80</b>	<b>22,35</b>	<b>112,80</b>	<b>776,12</b>



Директор  
 МОУ "Голмачевская СОШ им. Героя Советского Союза И.И. Прохорова"  
 Ю.И. Шевцова



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

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**  
 « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 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>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	29,71	15,9	15,8	47,5	406,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>42,21</b>	<b>16,30</b>	<b>16,20</b>	<b>67,00</b>	<b>492,19</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>220</b>	<b>18,96</b>	<b>3,60</b>	<b>4,50</b>	<b>14,90</b>	<b>117,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,95	1,0	1,9	3,8	37,4
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	14,73	8,2	9,1	26,4	226,5
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	33,83	12,8	12,6	14,9	230,8
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	15,29	2,9	2,9	32,2	170,9
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	3,83	0,1	0,1	13,1	55,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>805</b>	<b>78,63</b>	<b>27,70</b>	<b>27,00</b>	<b>107,40</b>	<b>805,01</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>47,60</b>	<b>47,70</b>	<b>189,30</b>	<b>1414,90</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>23,80</b>	<b>23,85</b>	<b>94,65</b>	<b>707,45</b>

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	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	11,41	8,9	7,6	28,7	224,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20,/15	17,98	7,3	8,5	20,6	193,4
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>535</b>	<b>41,89</b>	<b>16,60</b>	<b>16,50</b>	<b>68,80</b>	<b>503,59</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>220</b>	<b>18,96</b>	<b>3,60</b>	<b>4,50</b>	<b>14,90</b>	<b>117,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,95	1,0	1,9	3,8	37,4
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	14,73	8,2	9,1	26,4	226,5
2008	238	РЫБА (МИНТАЙ) ЗАПЕЧЕНАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100	34,85	12,8	12,6	14,9	230,8
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	14,59	2,9	2,9	32,2	170,9
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	3,83	0,1	0,1	13,1	55,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>805</b>	<b>78,95</b>	<b>27,70</b>	<b>27,00</b>	<b>107,40</b>	<b>805,01</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>47,90</b>	<b>48,00</b>	<b>191,10</b>	<b>1426,30</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>23,95</b>	<b>24,00</b>	<b>95,55</b>	<b>713,15</b>



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

Ю.И. Шевцова

Утверждаю:

Директор

И.А. Смирнов

(подпись)



**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 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	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,01	11,4	4,1	27,9	199,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190/15/5	4,30	0,1	0,0	9,8	40,6
2008		МАНДАРИН	100	19,98	0,9	0,9	18,3	87,1
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30x10	8,32	2,3	9,1	15,5	157,6
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>42,61</b>	<b>14,7</b>	<b>14,1</b>	<b>71,5</b>	<b>484,6</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>220</b>	<b>18,96</b>	<b>3,60</b>	<b>4,50</b>	<b>14,90</b>	<b>117,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	13,64	5,0	9,0	12,8	156,7
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	35,97	8,7	11,0	8,7	173,6
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	9,24	8,4	4,2	38,2	230,1
2008	402	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,88	0,6	0,1	31,7	133,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>78,23</b>	<b>24,5</b>	<b>24,6</b>	<b>100,9</b>	<b>742,9</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>42,80</b>	<b>43,20</b>	<b>187,30</b>	<b>1345,17</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>21,40</b>	<b>21,60</b>	<b>93,65</b>	<b>672,59</b>
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	222	СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ	150/40	34,31	14,6	15,3	41,6	372,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	110	11,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>47,81</b>	<b>15,0</b>	<b>15,7</b>	<b>61,1</b>	<b>458,0</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>220</b>	<b>18,96</b>	<b>3,60</b>	<b>4,50</b>	<b>14,90</b>	<b>117,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	13,64	5,0	9,0	12,8	156,7
2011	226	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	34,78	8,7	11,0	8,7	173,6
2011	305	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,23	8,0	4,3	36,2	221,2
2008	402	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,88	0,6	0,1	31,7	133,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>73,03</b>	<b>24,1</b>	<b>24,7</b>	<b>98,9</b>	<b>734,0</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>42,70</b>	<b>44,90</b>	<b>174,90</b>	<b>1309,73</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>21,35</b>	<b>22,45</b>	<b>87,45</b>	<b>654,87</b>



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

Директор  
 И.А. Смирнов  
 Иван Александрович  
 (подпись)

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023

День 5: Пятница  
 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	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	29,39	16,3	17,6	48,9	431,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,2	37,7
2008		БАТОН	20	2,00	1,5	0,6	10,3	54,0
2008		ЯБЛОКО	100	12,00	0,5	0,5	11,8	55,1
Итого за прием пищи:			510	45,89	18,3	18,7	80,2	577,8
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
Итого за прием пищи:			220	18,96	3,60	4,50	14,90	117,70
<b>ОБЕД</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,96	1,0	1,9	3,8	37,4
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ	250/25	17,54	7,2	2,8	32,6	189,2
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ	100	36,79	11,0	15,8	14,9	253,1
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,49	3,6	2,9	37,7	196,3
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,68	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			715	74,95	24,1	23,6	107,2	757,8
Всего за день:				139,80	46,00	46,80	202,30	1453,27
Среднее значение за период:				0,00	23,00	23,40	101,15	726,64
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углевод	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	16,24	8,9	12,7	37,7	309,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,2	37,7
2008		БАТОН	20	2,00	1,5	0,6	10,3	54,0
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	12,00	5,6	3,1	0,3	53,0
Итого за прием пищи:			550	32,74	16,0	16,4	57,5	453,9
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
Итого за прием пищи:			220	18,96	3,60	4,50	14,90	117,70
<b>ОБЕД</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,96	1,0	1,9	3,8	37,4
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ	250/25	17,54	7,2	2,8	32,6	189,2
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	46,86	5,6	14,3	5,1	176,9
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	10,57	8,4	4,2	38,2	230,1
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,68	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			715	88,10	23,5	23,4	97,9	715,4
Всего за день:				139,80	43,10	44,30	170,30	1286,93
Среднее значение за период:				0,00	21,55	22,15	85,15	643,47



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

Утверждаю:



И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023

День 6:

Понедельник

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>								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	17,77	10,3	11,4	49,1	349,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,70	0,1	0,0	14,7	60,7
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	18,70	7,2	6,5	20,6	174,4
Итого за прием пищи:			517	39,17	17,60	17,90	84,40	584,67
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ВАФЛИ	20	6,80	0,7	1,2	9,3	52,2
Итого за прием пищи:			220	21,60	3,70	4,40	15,20	118,41
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2012	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	20,25	9,0	8,6	28,7	234,6
2011	287	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРОЙ И РИСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	40,88	9,8	14,6	49,4	378,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,40	0,1	0,0	10,2	42,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			730	79,03	20,70	23,50	97,80	704,40
Всего за день:				139,80	42,00	45,80	197,40	1407,48
Среднее значение за период:				0,00	21,00	22,90	98,70	703,74
<b>ЗАВТРАК</b>								
2011	401	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	15,53	13,4	13,8	47,6	378,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	10,65	4,3	4,4	20,1	141,0
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	36,18	18,10	18,60	77,50	564,94
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ВАФЛИ	20	6,80	0,7	1,2	9,3	52,2
Итого за прием пищи:			220	21,60	3,70	4,40	15,20	118,41
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2012	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	20,25	9,0	8,6	28,7	234,6
2011	290	КУРИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	23,43	12,0	13,8	23,0	271,8
2008	346	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150	20,44	3,5	3,1	34,5	184,6
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,40	0,1	0,0	10,2	42,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			780	82,02	26,40	25,80	105,90	782,37
Всего за день:				139,80	48,20	48,80	198,60	1485,72
Среднее значение за период:				0,00	24,10	24,40	99,30	732,86



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



Утверждаю:  
 Директор  
 Смирнов И.А.  
 Иван  
 Андреевич  
 (подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023

День 7: Вторник  
 Неделя: вторая  
 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	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	180	21,36	12,8	14,6	26,2	295,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	3,10	0,0	0,0	14,5	59,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
2008		ЯБЛОКО	110	11,00	0,4	0,4	10,8	49,6
Итого за прием пищи:			530	38,46	15,9	15,4	68,5	489,3
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
Итого за прием пищи:			220	18,96	3,6	4,5	14,9	117,7
<b>ОБЕД</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,97	1,0	1,9	3,8	37,4
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/15	19,95	5,0	9,0	12,8	156,7
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	10,57	8,4	4,2	38,2	230,1
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	35,97	8,7	11,0	8,7	173,6
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,92	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
Итого за прием пищи:			805	82,38	25,8	26,5	90,2	722,1
Всего за день:				139,80	45,30	46,40	173,60	1329,01
Среднее значение за период:				0,00	22,65	23,20	86,80	664,51

Сборник рецептов	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	29,39	16,3	17,6	48,9	431,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,2	37,7
2008		БАТОН	20	2,00	1,5	0,6	10,3	54,0
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,5	0,5	11,8	55,1
Итого за прием пищи:			550	43,89	18,3	18,7	80,2	577,8
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5
Итого за прием пищи:			220	18,96	3,6	4,5	14,9	117,7
<b>ОБЕД</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,97	1,0	1,9	3,8	37,4
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	19,95	5,0	9,0	12,8	156,7
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,49	3,6	2,9	37,7	196,3
2011	226	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	34,78	10,3	11,0	8,7	180,2
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3,92	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,84	2,7	0,4	17,0	84,5
Итого за прием пищи:			805	76,95	22,6	25,2	89,7	694,8
Всего за день:				139,80	44,50	48,40	184,80	1390,25
Среднее значение за период:				0,00	22,25	24,20	92,40	695,13



Согласовано:  
Директор  
МОУ «Толмачевская СОШ им. Героя Советского Союза И.И. Прохорова»  
средняя школа  
(подпись)

Ю.И. Шевцова

Утверждаю:

Директор

СМИРНОВ  
Иван  
Андреевич  
(подпись)

И.А. Смирнов

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

День 8: **Среда**  
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	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180/20	29,39	15,9	15,8	47,5	406,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			<b>500</b>	<b>41,9</b>	<b>16,3</b>	<b>16,2</b>	<b>67,0</b>	<b>492,2</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ВАФЛИ	20	6,80	0,7	1,2	9,3	52,2
Итого за прием пищи:			<b>220</b>	<b>21,60</b>	<b>3,70</b>	<b>4,40</b>	<b>15,20</b>	<b>118,41</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	60	8,23	0,8	3,1	4,8	51,8
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	250	10,90	5,5	5,3	29,8	194,0
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	22,69	3,5	3,1	34,5	184,6
2011	278	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/20	30,49	11,9	11,6	21,8	246,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			<b>800</b>	<b>76,3</b>	<b>23,0</b>	<b>23,3</b>	<b>109,1</b>	<b>758,3</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>43,00</b>	<b>43,90</b>	<b>191,30</b>	<b>1368,90</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>21,50</b>	<b>21,95</b>	<b>95,65</b>	<b>684,45</b>

Сборник рецептур	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2011	182	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	17,97	12,5	13,7	49,4	381,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	25,00	5,6	4,8	27,2	179,1
Итого за прием пищи:			<b>500</b>	<b>45,5</b>	<b>18,1</b>	<b>18,5</b>	<b>86,3</b>	<b>600,1</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ВАФЛИ	20	6,80	0,7	1,2	9,3	52,2
Итого за прием пищи:			<b>220</b>	<b>21,60</b>	<b>3,70</b>	<b>4,40</b>	<b>15,20</b>	<b>118,41</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ"	60	8,23	0,8	3,1	4,8	51,8
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	250	10,90	5,5	5,3	29,8	194,0
2011	309	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	21,25	5,3	2,6	34,1	185,7
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	90/30	28,35	11,4	11,7	10,4	198,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			<b>800</b>	<b>72,7</b>	<b>24,3</b>	<b>22,9</b>	<b>97,3</b>	<b>711,5</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>46,10</b>	<b>45,80</b>	<b>198,80</b>	<b>1430,03</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>23,05</b>	<b>22,90</b>	<b>99,40</b>	<b>715,02</b>





Согласовано

Директор  
М.О. Толмачевская СОШ им. Героя Советского Союза И.И. Прохорова  
ср. школа  
(подпись)  
471902

Ю.И. Шеляпова

Утверждаю:



И.А. Смирнов

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 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	Углевод, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	14,62	8,9	7,6	28,7	224,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20,15	17,98	7,3	8,5	20,6	193,4
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>515</b>	<b>45,10</b>	<b>16,6</b>	<b>16,5</b>	<b>68,8</b>	<b>503,6</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
2008		ПРЯНИКИ	20	8,00	0,7	1,2	9,3	52,2
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>220</b>	<b>22,80</b>	<b>3,70</b>	<b>4,40</b>	<b>15,20</b>	<b>118,41</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	13,21	4,9	14,7	21,4	244,5
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	32,37	12,7	6,1	11,4	155,5
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,49	3,6	2,9	37,7	196,3
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	3,83	0,1	0,1	13,1	55,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>800</b>	<b>71,90</b>	<b>24,5</b>	<b>24,3</b>	<b>101,6</b>	<b>743,0</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>44,80</b>	<b>45,20</b>	<b>185,60</b>	<b>1365,00</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>22,40</b>	<b>22,60</b>	<b>92,80</b>	<b>682,50</b>
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>								
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2011	225	ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	180	15,95	15,8	15,6	51,9	422,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	120	12,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>30,45</b>	<b>16,2</b>	<b>16,0</b>	<b>71,4</b>	<b>508,0</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
2008		ПРЯНИКИ	20	8,00	0,7	1,2	9,3	52,2
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>220</b>	<b>22,80</b>	<b>3,70</b>	<b>4,40</b>	<b>15,20</b>	<b>118,41</b>
<b>ОБЕД</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	13,21	4,9	14,7	21,4	244,5
2011	290	ОКОРОКА КУРИНЫЕ ОТВАРНЫЕ	100	41,54	11,3	3,7	8,6	116,0
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	10,57	8,4	4,2	38,2	230,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	2,40	0,9	4,9	3,6	64,0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	3,83	0,1	0,1	13,1	55,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>800</b>	<b>86,55</b>	<b>28,8</b>	<b>28,1</b>	<b>102,9</b>	<b>801,3</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>48,70</b>	<b>48,50</b>	<b>189,50</b>	<b>1427,67</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>24,35</b>	<b>24,25</b>	<b>94,75</b>	<b>713,84</b>



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

Утверждаю:  
 Директор  
 И.А. Смирнов



**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.**  
 « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023

День 10: Пятница  
 Неделя: вторая  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,50	14,7	15,8	38,6	365,5
2008		БАТОН	20	2,00	1,5	0,6	10,3	54,0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,70	0,1	0,0	9,8	40,6
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>547</b>	<b>32,20</b>	<b>16,7</b>	<b>16,8</b>	<b>68,5</b>	<b>505,6</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ВАФЛИ	20	6,80	0,7	1,2	9,3	52,2
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>220</b>	<b>21,60</b>	<b>3,70</b>	<b>4,40</b>	<b>15,20</b>	<b>118,41</b>
<b>ОБЕД</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,95	1,0	1,9	3,8	37,4
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	19,01	5,4	9,2	19,8	188,9
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	33,83	12,8	12,6	14,9	230,8
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	17,21	2,9	2,9	32,2	170,9
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	5,00	0,1	0,0	15,0	61,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>810</b>	<b>86,00</b>	<b>24,9</b>	<b>27,0</b>	<b>102,7</b>	<b>774,3</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>45,30</b>	<b>48,20</b>	<b>186,40</b>	<b>1398,23</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>22,65</b>	<b>24,10</b>	<b>93,20</b>	<b>699,12</b>

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углевод	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2012	207	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	180	19,80	17,7	18,4	46,6	434,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,50	2,7	0,4	17,0	84,5
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>520</b>	<b>33,80</b>	<b>20,80</b>	<b>19,20</b>	<b>83,10</b>	<b>604,55</b>
<b>ЗАВТРАК II</b>								
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3
		ВАФЛИ	20	6,80	0,7	1,2	9,3	52,2
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>220</b>	<b>21,60</b>	<b>3,70</b>	<b>4,40</b>	<b>15,20</b>	<b>118,41</b>
<b>ОБЕД</b>								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,95	1,0	1,9	3,8	37,4
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	19,01	5,4	9,2	19,8	188,9
2008	238	РЫБА (МИНТАЙ) ЗАПЕЧЕНАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100	34,85	12,8	12,6	14,9	230,8
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	14,59	2,9	2,9	32,2	170,9
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	5,00	0,1	0,0	15,0	61,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>810</b>	<b>84,40</b>	<b>24,9</b>	<b>27,0</b>	<b>102,7</b>	<b>774,3</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>139,80</b>	<b>49,40</b>	<b>50,60</b>	<b>201,00</b>	<b>1497,22</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>0,00</b>	<b>24,70</b>	<b>25,30</b>	<b>100,50</b>	<b>748,61</b>