

Согласовано:

Директор
МОУ "СОШ №5 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова"



И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 308,60 руб.

"20" июля 2022

День 5:

пятница

Неделя:

первая

Возрастная категория:

7-11 лет

| Сборник рецептов | № технологической карты | Прим. пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 222 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150/20 | 49,89 | 18,5 | 18,2 | 28,4 | 361,8 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 10,90 | 3,8 | 3,0 | 14,7 | 103,8 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 6,00 | 6,3 | 4,0 | 30,6 | 188,5 |
| 2008 | 344 | ПЕРСИК | 100 | 36,00 | 1,3 | 0,1 | 13,8 | 62,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 520 | 102,79 | 29,9 | 25,3 | 87,5 | 718,9 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 60 | 16,07 | 0,5 | 0,1 | 1,5 | 9,1 |
| 2011 | 101 | СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ | 250/25 | 31,68 | 5,6 | 5,4 | 20,5 | 157,2 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 8,46 | 5,4 | 4,8 | 34,3 | 207,4 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 90/50 | 53,10 | 6,5 | 12,9 | 3,8 | 181,4 |
| 2008 | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 5,70 | 0,1 | 0,1 | 12,1 | 51,0 |
| 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: | | | 915 | 125,81 | 27,0 | 27,7 | 119,6 | 658,7 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 406.2 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕНЬЕ С ЯБЛОКОМ | 60 | 20,00 | 7,3 | 9,2 | 28,6 | 232,8 |
| 2011 | 309 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ | 200 | 25,00 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 86,3 |
| 2008 | | ЯГУРТ | 125 | 35,00 | 3,0 | 2,3 | 4,5 | 52,1 |
| Итого за прием пищи: | | | 385 | 80,00 | 11,30 | 11,70 | 52,70 | 371,21 |
| Всего за день: | | | | 308,60 | 68,20 | 64,70 | 259,80 | 1 846,51 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Сборник рецептов | № технологической карты | Прим. пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 222 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 180/20 | 59,86 | 19,1 | 18,9 | 30,5 | 379,1 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 10,90 | 3,8 | 3,0 | 14,7 | 103,8 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 6,00 | 6,3 | 4,0 | 30,6 | 188,5 |
| 2008 | 344 | ПЕРСИК | 100 | 36,00 | 1,3 | 0,1 | 13,8 | 62,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 112,76 | 30,5 | 26,0 | 89,6 | 734,2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 100 | 26,70 | 0,6 | 0,2 | 3,0 | 16,6 |
| 2011 | 101 | СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ | 250/10 | 21,77 | 5,6 | 5,4 | 20,5 | 157,2 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 10,15 | 6,4 | 5,7 | 41,2 | 248,0 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 100/50 | 59,00 | 7,2 | 13,1 | 4,0 | 187,8 |
| 2008 | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 5,70 | 0,1 | 0,1 | 12,1 | 51,0 |
| 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: | | | 980 | 134,12 | 28,8 | 26,9 | 128,4 | 913,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2011 | 406.2 | ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕНЬЕ С ЯБЛОКОМ | 60 | 20,00 | 7,3 | 9,2 | 28,6 | 232,8 |
| 2011 | 309 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ | 200 | 25,00 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 86,3 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 16,72 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 45,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 360 | 61,72 | 8,70 | 9,80 | 58,00 | 364,61 |
| Всего за день: | | | | 308,60 | 68,00 | 64,70 | 275,95 | 2 011,91 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |