

Согласовано:

Директор

МОУ "СОШ №6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова"

(подпись)



Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А

(подпись)

И.А. Смирнов



« 3 » июля 20 24

День 3:

Неделя:

среда  
первая  
7-11 лет

Возрастная категория:

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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	61,14	18,6	19,4	35,5	402,2
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	9,35	1,5	1,3	22,4	110,1
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	341	ГРУША	150	45,00	0,7	0,5	18,5	83,4
Итого за прием пищи:			570	122,64	27,1	25,2	107,0	784,2
<b>Обед</b>								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	34,45	0,8	6,1	2,4	69,9
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	29,32	6,2	5,8	37,1	231,5
2011	265	ПЛОВ	200	75,60	20,3	19,3	53,6	482,5
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			790	150,15	30,1	31,8	123,6	925,9
<b>Полдник</b>								
2008	189	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	25,00	10,2	11,1	15,2	207,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
Итого за прием пищи:			300	50,00	11,20	11,30	35,00	294,51
<b>Всего за день:</b>				322,79	68,40	68,30	265,60	2 004,59
<b>Сбалансированность:</b>				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	64,04	19,3	20,1	42,3	439,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	9,35	1,5	1,3	22,4	110,1
2008		БАТОН	50	7,15	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	341	ГРУША	150	45,00	0,7	0,5	18,5	83,4
Итого за прием пищи:			580	125,54	27,8	25,9	113,8	821,4
<b>Обед</b>								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	34,45	0,8	6,1	2,4	69,9
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	25,47	5,7	4,9	37,1	221,1
2011	265	ПЛОВ	200	75,60	20,3	19,3	53,6	482,5
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,98	0,2	0,2	13,5	58,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,75	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			800	147,25	29,6	30,9	123,6	915,5
<b>Полдник</b>								
2008	189	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	25,00	10,2	11,1	15,2	207,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
Итого за прием пищи:			300	50,00	11,20	11,30	35,00	294,51
<b>Всего за день:</b>				322,79	68,60	68,10	272,40	2 031,43
<b>Сбалансированность:</b>				0,00	1	1	4	