

Согласовано:

Директор

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

(подпись)



Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

(подпись)

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20__

меню выбора

День 1:

Понедельник

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	150	20,08	11,4	15,3	30,1	312,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,12	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		ЙОГУРТ	115	40,00	4,4	2,9	14,1	102,5
Итого за прием пищи:			505	66,6	18,4	18,6	70,9	538,8
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	11,90	7,5	6,9	18,9	172,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРОЙ	200	50,62	14,2	18,9	57,2	468,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,82	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			710	81,40	23,6	26,1	100,5	751,5
Всего за день:				148,00	42,0	44,7	171,4	1 290,4
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:		12 лет и старше						
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	26,77	15,7	18,5	40,1	400,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,2
2008		ЯБЛОКО	100	19,60	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	53,92	19,4	19,3	80,8	590,3
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	20,00	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	12,90	7,5	6,9	18,9	172,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРОЙ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	50,62	15,2	19,8	58,1	484,7
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	5,41	0,1	0,0	16,6	68,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,2
Итого за прием пищи:			800	94,08	27,5	27,3	123,1	871,4
Всего за день:				148,00	46,9	46,6	203,9	1 461,7
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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

(подпись)



Утверждаю :
 Директор
 ИП Смирнов И.А

(подпись)

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20__

меню выбора

День 2: Вторник
 Неделя: Первая
 Возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	13,88	5,3	8,7	25,2	206,0
2008	434	МОЛОКО	200	17,94	6,0	5,0	9,4	109,6
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,2
2008		ЯБЛОКО	190	27,09	0,8	0,8	19,6	91,1
Итого за прием пищи:			590	66,8	15,9	16,0	79,9	540,9
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	14,09	6,0	10,3	29,4	240,9
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	48,69	16,6	16,2	50,4	425,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			730	81,19	24,6	26,8	100,3	761,3
Всего за день:				148,00	40,5	42,8	180,2	1 302,2
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	18,50	11,5	12,5	39,9	327,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	19,52	6,5	5,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	54,4	18,4	18,5	80,0	575,5
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	14,09	6,0	10,3	29,4	240,9
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	48,69	16,6	16,2	50,4	425,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,2
Итого за прием пищи:			800	93,58	27,0	27,1	114,5	832,2
Всего за день:				148,00	27,4	27,5	124,3	1 407,7
Сбалансированность:				0,00	1	4	4	

Согласовано:

Директор

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

(подпись)



Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

День 3:

Среда

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	10,05	5,1	5,7	29,8	196,1
2008	434	МОЛОКО	200	17,94	6,0	5,0	9,4	109,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	8,05	3,3	3,9	22,3	141,3
2008		БАТОН	15	2,37	1,1	0,4	7,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	52,41	15,90	15,40	79,02	532,39
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,51	1,0	1,9	3,7	36,9
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	17,37	8,2	15,2	36,4	324,2
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	41,09	10,2	6,1	14,9	159,6
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	24,16	2,9	0,9	27,1	131,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			780	95,59	23,6	24,3	100,3	734,0
Всего за день:				148,00	39,5	39,7	179,3	1 266,4
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория: 12 лет и старше								
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	13,40	12,9	13,5	39,1	338,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	8,05	3,3	3,9	22,3	141,3
2008		БАТОН	20	3,16	1,5	0,6	10,3	54,0
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	41,01	18,10	18,40	91,22	619,33
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,17	1,5	1,9	3,7	39,0
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	17,37	8,2	15,2	36,4	324,2
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	41,09	10,2	6,1	14,9	159,6
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	26,81	6,1	4,6	41,2	236,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,2
Итого за прием пищи:			880	106,99	29,3	28,2	127,1	903,5
Всего за день:				148,00	47,4	46,6	218,3	1522,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

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

(подпись)



Е.В. Голубь

Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

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,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	41,92	18,7	19,1	64,1	517,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,72	0,0	0,0	9,8	40,2
2008		ЯБЛОКО	180	24,84	0,6	0,6	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			520	70,48	19,3	19,7	88,6	625,6
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250	20,10	2,1	6,5	23,7	166,2
2011	279	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ СОУСОМ СМЕТАННЫМ	110	28,10	14,2	14,9	27,1	307,9
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,49	5,4	4,8	34,4	207,8
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,82	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			770	77,52	23,8	26,5	110,9	798,7
Всего за день:				148,00	43,1	46,2	199,5	1 424,3
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	
Возрастная категория:				12 лет и старше				
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	41,92	18,7	19,1	64,1	517,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	150	19,69	0,8	0,8	19,6	91,1
Итого за прием пищи:			530	64,01	19,5	19,9	93,4	648,0
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250	20,10	2,1	6,5	23,7	166,2
2011	279	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ СОУСОМ СМЕТАННЫМ	110	28,10	14,2	13,6	26,3	292,5
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,08	8,0	7,8	56,3	336,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			860	83,99	26,7	28,3	128,3	898,8
Всего за день:				148,00	46,2	48,2	221,7	1 546,7
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

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



(подпись)

Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

День 5:

Пятница

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	12,45	6,8	9,8	32,3	251,5
2008	434	МОЛОКО	180	16,14	5,3	4,6	8,8	100,6
2008		БАТОН	40	6,32	3,0	1,2	20,6	107,4
2008		ЯБЛОКО	130	18,20	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			500	53,11	15,6	16,1	74,4	518,2
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	19,26	5,5	4,9	25,6	173,1
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	34,05	16,5	18,6	32,1	372,2
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	20,77	2,9	2,9	21,0	125,0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,80	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			760	94,89	27,0	26,8	106,2	795,4
Всего за день:				148,00	42,6	42,9	180,6	1 313,6
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Завтрак								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,28	18,1	18,1	45,3	428,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	150	21,00	0,6	0,6	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			550	39,68	18,7	18,7	69,7	536,4
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	19,26	5,5	4,9	25,6	173,1
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	34,05	16,5	18,6	32,1	372,2
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	24,90	6,8	6,8	43,4	269,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,80	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			830	108,32	31,3	30,8	130,1	948,3
Всего за день:				148,00	50,0	49,5	199,8	1 484,6
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

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

Е.В. Голубы
(подпись)



Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

День 6:

суббота

Неделя:

первая

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	401	КАША "ЯНТАРНАЯ" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	230	21,25	15,7	16,7	86,4	573,9
2008		БАТОН	20	3,16	2,3	0,9	15,4	80,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,6	0,6	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			550	40,81	18,60	18,20	126,20	762,94
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	16,70	1,4	3,1	8,3	68,6
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	13,95	4,3	14,8	34,2	295,5
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (МИНТАЙ)	100	51,02	16,4	2,9	0,5	96,3
2011	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	21,06	4,9	6,7	51,9	295,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	107,19	28,30	27,70	113,10	837,35
Всего за день:				148,00	46,90	45,90	239,30	1600,29
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

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



(подпись)

Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

День 7:

Понедельник

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	11,06	10,1	11,2	26,9	255,9
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,72	0,0	0,0	9,8	40,2
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	19,52	5,3	4,1	20,6	144,5
2008		ЯБЛОКО	130	18,20	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			535	52,50	15,9	15,8	70,0	499,3

Обед								
2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	18,00	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	15,96	5,3	6,2	48,7	279,1
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ	100	44,04	12,4	12,6	4,9	188,1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,62	3,6	4,7	37,7	213,0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,82	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			760	95,50	23,2	23,8	116,2	792,9
Всего за день:				148,00	39,1	39,6	186,2	1 292,2
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:			12 лет и старше					
Завтрак								
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	17,04	12,9	13,5	37,2	331,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	15,12	5,3	4,1	20,6	144,5
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	48,56	18,6	18,0	77,3	560,8

Обед								
2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	18,00	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	15,96	5,3	6,2	48,7	279,1
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ	100	44,04	12,4	12,6	4,9	188,1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	13,53	5,9	7,3	37,7	246,7
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,82	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,09	2,0	0,4	12,7	63,7
			820	99,44	26,2	26,6	120,4	848,1
				148,00	44,8	44,6	197,7	1 408,9
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

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

(подпись)



Е.В. Голубых

Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20__

меню выбора

День 8:

Вторник

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	39,82	15,4	16,7	25,9	324,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	64,12	19,6	18,6	71,1	544,9

Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,51	1,0	1,9	3,7	36,9
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	17,93	7,1	8,3	26,9	216,6
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100	32,57	13,8	15,4	32,8	334,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	18,01	2,5	0,8	24,3	117,3
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,80	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			760	83,88	25,8	26,7	112,9	817,0
Всего за день:				148,00	45,4	45,3	184,0	1 361,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:				12 лет и старше				
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	32,96	15,4	17,2	34,8	365,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			530	57,26	19,6	19,1	80,0	586,0

Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,17	1,5	1,9	3,7	39,0
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	17,93	7,1	8,3	26,9	216,6
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100	32,57	13,8	15,4	32,8	334,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	21,61	4,0	2,1	41,2	204,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			800	90,74	27,7	27,9	122,8	876,5
Всего за день:				148,00	47,3	47,0	202,8	1 462,5
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	



Согласовано:

Директор

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

(подпись)

Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А

(подпись)

И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

День 9:

Среда

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	15,22	7,4	10,2	25,2	228,5
2008	434	МОЛОКО	200	17,94	6,0	5,0	9,4	109,6
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	55,06	17,6	17,1	70,1	518,6

Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	19,78	2,0	5,8	11,0	107,2
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	44,13	18,6	14,2	44,8	392,0
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,62	3,2	3,8	36,1	196,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			780	92,94	25,8	24,1	112,4	790,8
Всего за день:				148,00	43,4	41,2	182,5	1 309,4
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак								
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	18,48	11,5	12,5	37,2	315,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	10,72	6,5	5,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			555	45,60	18,40	18,50	77,30	564,42

Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	19,78	2,0	5,8	11,0	107,2
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	44,13	18,6	14,2	44,8	392,0
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	10,78	5,3	6,9	36,2	234,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	102,40	28,3	27,3	114,0	837,3
Всего за день:				148,00	46,7	45,8	191,3	1 401,7
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

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

(подпись)



В.В. Голубович

Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20__

меню выбора

День 10:

Четверг

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	37,41	14,7	16,3	25,5	316,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		МАНДАРИН	120	24,71	1,0	0,2	9,0	43,0
Итого за прием пищи:			500	64,52	15,7	16,5	44,2	399,2
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	15,16	5,1	9,4	28,1	223,5
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	200	49,46	18,1	17,5	48,4	435,4
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,80	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			710	83,48	26,4	27,5	111,2	819,9
Всего за день:				148,00	42,1	44,0	155,4	1 219,1
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Завтрак								
2011	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	37,41	14,7	16,3	33,6	349,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	40	6,32	3,0	1,2	20,6	107,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	9,70	3,3	3,9	22,3	141,3
Итого за прием пищи:			455	55,83	21,0	21,4	86,2	638,1
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	20,00	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	15,16	5,1	9,4	28,1	223,5
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	200	49,46	18,1	17,5	48,4	435,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,6
Итого за прием пищи:			800	92,17	27,9	27,5	115,7	844,9
Всего за день:				148,00	48,9	48,9	201,9	1 483,0
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

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

(подпись)



Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20__

меню выбора

День 11:

Пятница

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,35	5,2	10,2	29,5	237,2
2008	434	МОЛОКО	200	17,94	6,0	5,0	9,4	109,6
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		МАНДАРИН	100	27,94	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			500	64,13	15,8	16,9	72,1	517,6

Обед

2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	14,48	4,8	7,3	34,6	229,4
2008	371	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СОУСОМ СМЕТАННЫМ	180	50,98	17,6	15,9	45,1	404,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			710	83,87	24,4	23,5	100,2	729,4
Всего за день:				148,00	40,2	40,4	172,3	1 247,1
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Завтрак

2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	13,80	15,2	18,0	39,6	392,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	30	4,74	2,3	0,9	15,4	80,9
2008		ЯБЛОКО	120	16,80	0,5	0,5	11,8	54,6
Итого за прием пищи:			550	37,74	18,0	19,4	76,5	567,4

Обед

2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	14,48	4,8	7,3	34,6	229,4
2008	371	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СОУСОМ СМЕТАННЫМ	200	64,98	20,1	20,7	58,2	513,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,6
Итого за прием пищи:			800	110,26	29,3	28,6	127,5	909,3
Всего за день:				148,00	47,3	48,0	204,0	1 476,7
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	



Согласовано:

Директор

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

В.В. Ролубых

(подпись)

Утверждаю :

Директор

ИП Смирнов И.А

И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 148 руб.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

День 12:

суббота

Неделя:

вторая

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,16	14,6	17,3	33,5	358,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		МАНДАРИН	90	25,11	0,9	0,2	8,6	41,3
Итого за прием пищи:			550	51,57	19,3	19,0	77,5	574,0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	16,70	1,4	3,1	8,3	68,6
2011	98	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	10,00	8,7	7,6	33,6	244,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	62,08	17,3	18,1	56,4	470,5
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	5,59	0,1	0,1	18,6	77,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	96,43	28,8	29,1	125,4	902,9
Всего за день:				148,00	48,12	48,13	202,92	1476,87
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	