

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	
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>520</b>	<b>70,48</b>	<b>19,3</b>	<b>19,7</b>	<b>88,6</b>	<b>625,6</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>770</b>	<b>77,52</b>	<b>23,8</b>	<b>26,5</b>	<b>110,9</b>	<b>798,7</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148,00</b>	<b>43,1</b>	<b>46,2</b>	<b>199,5</b>	<b>1 424,3</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0,00	1	1	4	
<b>Возрастная категория:</b>				12 лет и старше				
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>530</b>	<b>64,01</b>	<b>19,5</b>	<b>19,9</b>	<b>93,4</b>	<b>648,0</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>860</b>	<b>83,99</b>	<b>26,7</b>	<b>28,3</b>	<b>128,3</b>	<b>898,8</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148,00</b>	<b>46,2</b>	<b>48,2</b>	<b>221,7</b>	<b>1 546,7</b>
<b>Сбалансированность:</b>				0,00	1	1	4	