

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	
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>53,11</b>	<b>15,6</b>	<b>16,1</b>	<b>74,4</b>	<b>518,2</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>760</b>	<b>94,89</b>	<b>27,0</b>	<b>26,8</b>	<b>106,2</b>	<b>795,4</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148,00</b>	<b>42,6</b>	<b>42,9</b>	<b>180,6</b>	<b>1 313,6</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Возрастная категория:

12 лет и старше

<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>39,68</b>	<b>18,7</b>	<b>18,7</b>	<b>69,7</b>	<b>536,4</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>830</b>	<b>108,32</b>	<b>31,3</b>	<b>30,8</b>	<b>130,1</b>	<b>948,3</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>148,00</b>	<b>50,0</b>	<b>49,5</b>	<b>199,8</b>	<b>1 484,6</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	