

Согласовано:

Директор

МОБУ Волховская городская гимназия № 3

Д.Л. Бенькович

(подпись)



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

« 10 » 04 2023

День 1:

Неделя

Понедельник

первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	14,19	7,20	7,90	31,90	232,14
2011	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	25/5	4,75	1,90	3,90	12,90	95,95
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	12,00	5,60	3,10	0,30	55,02
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	180	8,85	3,10	2,70	14,20	95,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	10,41	1,30	1,90	23,20	118,12
Итого за прием пищи:			500	50,00	19,10	19,50	82,10	596,27
ОБЕД								
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	9,02	1,20	1,80	6,30	47,49
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	205	18,09	4,20	7,10	47,30	277,18
2011	290	КУРИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	36,77	14,00	15,20	3,00	211,06
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	8,17	5,30	2,80	34,10	185,72
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	3,45	0,10	0,10	11,80	45,72
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,30	0,20	8,50	42,04
Итого за прием пищи:			715	75,00	28,10	27,00	111,00	812,21
Всего за день:				125,00	48,20	46,50	193,10	1.408,48
Среднее значение за период:				0,00	22,80	23,25	98,55	704,74

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	250	13,40	8,90	9,80	37,90	281,08
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	4,75	1,90	3,90	12,90	95,95
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	12,00	5,60	3,10	0,30	55,02
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	180	8,85	3,10	2,70	14,20	95,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	10,41	1,30	1,90	23,20	118,12
Итого за прием пищи:			550	49,21	20,80	21,40	88,10	642,21
ОБЕД								
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	14,10	1,20	1,80	6,30	47,49
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	255	12,49	5,20	8,90	59,10	348,40
2011	290	КУРИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	36,77	14,00	15,20	3,00	211,06
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,48	6,30	3,10	40,90	222,35
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	3,45	0,10	0,10	11,80	45,72
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,30	0,20	8,50	42,04
Итого за прием пищи:			835	75,79	28,10	29,30	129,90	815,06
Всего за день:				125,00	48,90	50,70	217,70	1594,57
Среднее значение за период:					24,45	25,35	108,85	792,29