

Согласовано:

Директор

МОБУ Волховская городская гимназия № 3

Д.Л. Бенькович

(подпись)



А.Н. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью **1255 руб.**

« 26 » 04 2023

День 3:

Среда

Неделя

первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	10,53	7,50	6,80	36,20	242,41
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/15	12,48	6,00	7,30	18,70	169,16
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190/10/5	3,90	0,00	0,00	9,80	40,18
2008		ЙОГУРТ	110	25,00	2,20	1,70	3,30	38,36
Итого за прием пищи:			505	51,91	15,70	15,80	68,00	490,11
ОБЕД								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,95	1,00	2,90	27,30	143,00
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/5	15,58	7,70	8,20	17,50	179,58
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	27,55	12,90	7,60	9,40	162,11
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	15,07	3,00	5,30	21,10	148,10
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	5,44	0,00	0,00	29,70	121,77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,30	0,20	8,50	42,04
Итого за прием пищи:			705	73,09	25,90	24,20	113,50	796,60
Всего за день:				125,00	41,60	40,00	181,50	1286,71
Среднее значение за период:				0,00	20,80	20,00	90,75	643,36

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	
ЗАВТРАК								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	12,64	10,30	9,80	46,70	324,84
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/15	12,48	6,00	7,30	18,70	169,16
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190/10/5	3,90	0,00	0,00	9,80	40,18
2008		ЙОГУРТ	110	25,00	2,20	1,70	3,30	38,36
Итого за прием пищи:			550	54,02	18,50	18,80	78,50	572,54
ОБЕД								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	12,93	1,60	4,80	45,50	237,75
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/5	12,33	9,60	10,25	21,80	224,07
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	30,61	14,30	8,40	10,40	179,39
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	17,17	3,60	6,40	25,30	178,01
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	5,44	0,00	0,00	29,70	121,77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,30	0,20	8,50	42,04
Итого за прием пищи:			835	79,98	30,40	30,05	141,20	983,03
Всего за день:				134,00	48,90	48,85	219,70	1555,57
Среднее значение за период:					24,45	24,43	109,85	777,78