

Согласовано:
 Директор
 МОБУ Волховская городская гимназия № 3
 _____ Д.Л. Бенькович
 (подпись)



А.Н. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб

« 11 » 05 2023

День 4:
Неделя

Четверг
первая
7-11 лет

Возрастная категория:

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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	37,48	16,40	18,20	25,50	341,05
2008		БАТОН	20	2,00	2,30	0,90	15,40	80,94
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,30	0,00	0,00	9,70	39,77
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,40	0,40	9,80	45,54
Итого за прием пищи:			500	51,78	19,10	19,50	60,40	507,30
ОБЕД								
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	7,58	0,8	1,9	4,4	38,5
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200	13,37	4,00	3,90	16,10	118,68
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	220	44,03	17,70	20,40	43,10	439,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	5,24	0,10	0,10	11,80	49,72
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,60	0,40	17,00	84,08
Итого за прием пищи:			700	73,22	25,20	26,70	92,40	729,98
Всего за день:				125,00	44,30	46,20	152,80	1237,28
Среднее значение за период:				0,00	22,15	23,10	76,40	618,64

Возрастная категория: **12 лет и старше**

Сборник рецептур	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/30	32,31	19,30	20,90	44,10	454,31
2008		БАТОН	20	2,00	2,30	0,90	15,40	80,94
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,30	0,00	0,00	9,70	39,77
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,40	0,40	9,80	45,54
Итого за прием пищи:			550	46,61	22,00	22,20	79,00	620,56
ОБЕД								
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	12,63	1,4	3,2	7,3	64,2
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	12,74	5,00	4,80	30,90	191,83
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	220	44,03	17,70	20,40	43,10	439,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	5,24	0,10	0,10	11,80	49,72
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,75	3,30	0,40	21,20	104,17
Итого за прием пищи:			800	78,39	27,50	28,90	114,30	848,92
Всего за день:				125,00	49,50	51,10	193,30	1469,48
Среднее значение за период:					24,75	25,55	96,65	734,74