

Двухнедельное цикличное вариативное меню
МОБУ «Волховская средняя общеобразовательная школа
№1»

Согласовано:
 Директор
 МОБУ "Волжская СОШ №1"
 А.Ю. Арутюнян

Утверждаю:
 Директор
 ООО "Перспектива"
 В. Смирнов



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб. 80 коп.

« 20 »

День 1: Понедельник
 Неделя: Первая
 Возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	12,67	6,9	10,2	28,6	248,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	16,80	6,5	5,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			505	47,97	16,8	16,2	68,7	497,1
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	15,62	7,6	6,9	16,9	172,4
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	33,63	12,7	16,1	11,4	248,5
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	21,31	2,8	2,9	45,8	226,2
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	6,5	42,0
Итого за прием пищи:			760	89,03	24,9	26,2	100,6	757,8
Всего за день:				151,80	46,7	47,4	178,6	1 364,6
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	13,92	12,6	13,8	39,7	342,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	14,40	6,5	5,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	44,82	19,5	19,8	79,8	591,3
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	13,33	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	14,91	7,5	6,9	16,9	172,4
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	33,63	12,7	16,1	11,4	248,5
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	23,84	4,1	4,2	55,7	284,2
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	6,5	42,0
Итого за прием пищи:			810	92,18	27,1	27,8	117,7	850,4
Всего за день:				137,00	46,6	47,4	197,5	1 441,6
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №1"

А.Ю. Арутюнян

(подпись)

Утверждаю:



А.В. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.80 коп

« » 20

День 2:

Вторник

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	12,25	11,7	6,1	29,7	226,5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	10,10	3,1	9,4	20,6	184,6
2008		МАНДАРИН	100	27,94	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			500	54,11	15,60	15,70	67,60	487,13
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	15,81	5,0	9,0	29,4	224,7
2011	284	ФРИКАСЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	100	39,30	13,6	11,2	15,9	225,1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	9,83	3,6	4,7	37,7	213,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	5,5	42,0
Итого за прием пищи:			780	82,89	24,20	25,20	103,60	757,83
Всего за день:				151,80	45,80	45,90	180,60	1 354,79
Сбалансированность:				0,00	1	4	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:

12 лет и старше

Завтрак								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,51	15,7	10,4	46,4	351,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	10,10	3,1	9,4	20,6	184,6
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	43,11	19,20	20,20	86,50	621,23
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	15,81	5,0	9,0	29,4	224,7
2011	284	ФРИКАСЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	100	39,30	13,6	11,2	15,9	225,1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	11,53	5,9	7,3	37,7	246,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	21,8	88,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	5,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	93,89	26,90	27,90	116,90	849,05
Всего за день:				137,00	27,30	28,30	126,79	894,55
Сбалансированность:				0,00	1	4	4	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волковская СОШ №1"

А.Ю. Арутюнян

(подпись)



А.В. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб. 80 коп.

« _____ » _____ 20__

День 3:

Среда

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	41,59	15,8	15,6	43,9	389,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	150	21,00	0,6	0,8	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			500	65,09	16,40	16,20	68,30	497,93
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	8,43	1,0	1,9	3,7	36,9
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	14,50	8,2	15,2	36,4	324,2
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110	27,86	10,1	4,7	25,3	188,9
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	17,12	2,9	2,9	21,0	125,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			790	71,91	23,50	24,90	104,60	756,78
Всего за день:				151,80	45,90	46,10	182,30	1 304,35
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:			12 лет и старше					
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/20	33,36	18,7	19,1	64,1	517,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	180	26,20	0,8	0,8	19,5	91,1
Итого за прием пищи:			550	61,06	19,50	19,90	93,40	647,96
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	11,23	1,0	1,9	3,7	36,9
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	14,50	8,2	15,2	36,4	324,2
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110	27,86	10,1	4,7	25,3	188,9
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	18,36	5,9	6,1	34,7	223,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			840	78,94	26,50	28,10	118,30	865,01
Всего за день:				137,00	46,00	48,00	211,70	1 502,97
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор:

МОБУ "Волховская СОШ №1"

А.Ю. Арутюнян

(подпись)

Утверждаю:

Директор:

ООО "Перспектива"

(подпись)

А.В. Змирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.80 коп.

« _____ » _____ 20 _____

День 4:

Четверг

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	12,26	11,7	6,1	22,4	196,5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008		БАТОН	30	4,20	1,6	8,8	10,4	131,0
2008		БАНАН	150	28,50	2,3	0,8	31,5	146,0
Итого за прием пищи:			530	48,78	15,6	15,7	74,1	513,8
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	16,00	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	18,23	2,1	6,5	23,7	166,2
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	36,08	12,7	13,2	13,6	230,6
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,44	8,4	4,2	38,2	230,1
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			760	88,22	25,1	24,2	100,4	739,6
Всего за день:				151,80	46,7	44,9	183,9	1 363,0
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:

12 лет и старше

Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	9,38	17,1	10,2	50,3	371,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/10	7,30	1,6	8,8	10,4	131,0
2008		ЯБЛОКО	130	18,20	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			550	38,70	19,2	19,5	83,2	601,2
Обед								
2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	29,99	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	14,43	2,1	6,5	23,7	166,2
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	36,08	12,7	13,2	13,6	230,6
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,33	10,4	7,7	55,1	340,2
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			830	98,30	27,1	27,7	117,3	849,7
Всего за день:				137,00	46,3	47,2	200,5	1 450,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №1"

А.Ю. Арутюнян

(подпись)

Утверждаю:

Директор

ООО "Спектр-ИДА"

(подпись)

А.В. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.80 коп.

« _____ » _____ 20__

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	
ЗАВТРАК								
2011	401	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/30	23,40	15,1	15,3	45,3	389,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	140	19,60	0,6	0,6	13,7	64,2
Итого за прием пищи:			500	45,50	15,7	15,9	68,7	493,9
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	80	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	19,24	5,5	4,9	15,6	132,1
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ	100	41,61	11,2	13,2	14,9	229,8
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,45	5,4	4,8	34,4	207,8
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,95	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
2008		БАТОН	20	2,80	1,5	0,8	10,3	54,0
Итого за прием пищи:			780	91,50	25,7	23,9	102,7	748,7
Всего за день:				151,80	47,4	44,8	180,8	1 352,3
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак								
2011	401	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	180/30	17,33	15,1	15,3	45,3	389,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	140	19,60	0,6	0,6	13,7	64,2
Итого за прием пищи:			550	39,43	15,7	15,9	68,7	493,9
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	17,28	5,5	4,9	15,6	132,1
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ	100	41,61	11,2	13,2	14,9	229,8
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,98	8,2	8,6	58,4	353,0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,95	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	97,57	27,4	27,2	117,9	848,7
Всего за день:				137,00	43,1	43,1	186,6	1 342,6
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:
 Директор
 МОБУ "Волковская СОШ №1"

А.Ю. Арутюнян

(подпись)

Утверждаю:

Директор
 ООО "Перспектива"

ООО "Перспектива"

(подпись)

Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.80 коп.

« _____ » _____ 20 _____

День 6: Понедельник

Неделя: Вторая

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	
ЗАВТРАК								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,89	8,2	9,9	29,5	248,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	18,80	6,5	5,6	20,6	163,2
2008		МАНДАРИН	100	27,94	0,6	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			595	61,48	15,5	15,7	67,4	485,9
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	18,00	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	14,68	5,3	6,2	48,7	279,1
2011	287	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРОЙ И РИСОМ И СМЕТАНОЙ	200	36,40	16,1	17,6	33,6	367,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			710	76,65	23,3	24,1	107,2	769,2
Всего за день:				151,80	44,8	44,8	184,0	1 384,7
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	14,48	11,8	12,9	39,1	327,8
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/15	17,40	6,5	5,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			590	49,68	18,6	18,9	79,3	576,8
Обед								
2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	29,99	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	14,68	5,3	6,2	48,7	279,1
2011	287	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРОЙ И РИСОМ, СОУСОМ СМЕТАНЫМ	200	36,40	19,8	20,9	45,1	460,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,76	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			800	87,32	26,9	27,4	113,5	830,5
Всего за день:				137,00	45,4	46,3	192,8	1 407,2
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №1"

А.Ю. Арутюнян

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб 80 коп.

« » 20

День 7:

Вторник

Неделя: 2

Вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Утверждено:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

(подпись)

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

МОБУ "Волховская СОШ №1"

Перспектива

А.В. Смирнов

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	14,51	13,6	14,7	36,9	343,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008		БАТОН	20	2,80	1,5	0,6	10,3	54,0
2008		ЯБЛОКО	130	18,20	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			500	39,33	15,6	15,8	69,7	496,7
II Завтрак								
2011	386	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	8,43	1,0	1,9	3,7	36,9
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	21,38	7,1	8,3	26,9	216,6
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	42,71	10,1	11,1	15,3	207,4
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	17,20	2,9	2,9	21,0	125,0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,95	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			790	97,67	23,8	24,7	100,6	739,8
Всего за день:				161,80	46,4	46,5	179,7	1 346,1
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:

12 лет и старше

Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	14,51	16,9	18,2	44,1	419,4
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008		БАТОН	20	2,80	1,5	0,6	10,3	54,0
2008		ЯБЛОКО	130	18,20	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			550	39,33	18,9	19,3	76,9	572,3
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,05	1,6	1,9	3,7	39,4
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	14,61	7,1	8,3	26,9	216,6
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	42,71	10,1	11,1	15,3	207,4
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	18,35	6,6	6,8	43,4	269,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,95	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	97,67	27,0	28,4	114,5	844,3
Всего за день:				137,00	45,9	47,7	191,4	1 416,6
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Сотрудник
 Директор
 МОБУ "Волховская СОШ №1"
 А.Ю. Арутюнян

Утверждаю:

Директор
 МОБУ "Волховская СОШ №1"
 А.В. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб. 80 коп.

« _____ » _____ 20__

День 8: **Среда**
 Неделя: **Вторая**
 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	
ЗАВТРАК								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	41,89	15,8	15,6	43,9	389,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	150	21,00	0,6	0,6	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			500	65,09	16,4	16,2	68,3	497,9
II Зантрак								
2011	388	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250	14,57	2,0	5,8	11,0	107,2
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	90/50	28,04	13,8	13,6	29,0	305,7
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,45	5,4	4,8	34,4	207,8
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	8,40	0,0	0,0	17,4	71,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			800	71,91	23,2	24,5	103,5	747,3
Всего за день:				151,80	45,60	45,70	181,20	1 354,89
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:		12 лет и старше						
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/30	33,36	18,7	19,1	48,1	451,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	170	22,34	0,8	0,8	19,8	91,1
Итого за прием пищи:			560	58,20	19,50	19,90	77,40	582,38
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	250	14,53	2,0	5,8	11,0	107,2
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/20	28,04	14,6	13,6	29,9	308,9
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,98	8,2	8,6	58,4	353,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	17,4	71,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			870	78,80	27,2	28,4	129,0	904,5
Всего за день:				137,00	46,70	48,30	206,40	1 486,90
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волковская СОШ №1"

А.Ю. Арутюнян

(подпись)



Тверждаю:

Директор
ПЕРСПЕКТИВА
ООО "Перспектива"

А.В. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.

« _____ » _____ 20__

День 9:

Четверг

Неделя:

Вторая

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	
ЗАВТРАК								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	11,96	12,5	6,4	32,3	243,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	8,70	2,3	9,1	15,5	157,6
2008		ЯБЛОКО	130	18,20	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			620	41,36	15,3	16,0	70,2	499,4
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	15,42	2,1	6,6	28,1	185,2
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	60,27	18,1	17,3	42,2	408,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,95	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			730	95,64	23,4	24,5	105,6	754,3
Всего за день:				151,80	44,7	45,5	184,6	1 363,3
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:		12 лет и старше						
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	11,96	15,8	9,7	42,6	329,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	8,70	2,3	9,1	15,5	107,6
2008		ЯБЛОКО	110	18,20	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			550	41,36	18,6	19,3	80,5	585,8
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	13,33	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	14,06	5,1	9,4	28,1	223,5
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	60,27	18,1	17,3	42,2	408,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,95	0,2	0,2	18,5	78,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			800	95,64	27,4	27,5	114,1	835,9
Всего за день:				137,00	46,0	46,8	194,6	1 421,7
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:
 Директор
 МОБУ "Волховская СОШ №1"
 А.Ю. Арутюнян
 (подпись)

Утверждено
 Директор
 ООО "Перспектива"
 Смирнов



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.80 коп

« » 20
 День 10: Пятница
 Неделя: Вторая
 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	
ЗАВТРАК								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	150	15,71	11,4	15,3	30,1	312,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102,0
2008		МАНДАРИН	100	27,94	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			500	49,90	15,5	15,9	68,5	490,1
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	15,58	3,8	7,3	34,8	225,3
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	44,13	9,6	12,4	7,3	184,6
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,44	8,4	4,2	36,2	230,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			780	87,10	23,8	24,2	100,6	735,1
Всего за день:				151,80	45,3	45,1	178,5	1 334,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	200	25,88	15,7	17,5	40,1	391,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,75	3,3	0,4	21,2	102,0
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,3
Итого за прием пищи:			550	45,93	19,4	18,3	80,8	578,8
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	16,41	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	15,20	4,8	7,3	34,6	229,4
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	44,13	9,6	12,4	7,3	184,6
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,33	10,4	7,7	55,1	340,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	91,67	27,2	27,8	119,0	858,0
Всего за день:				137,60	46,6	46,1	199,8	1 436,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №1"

А Ю. Арутюнян

(подпись)

Утверждаю:

Директор

МОБУ "Волховская СОШ №1"

А.В. Смирнов



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб. 80 коп.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

День 1:

Понедельник

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	
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	200	25,68	11,4	15,3	30,1	312,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	3,3	0,4	21,2	104,2
2008		ЯБЛОКО	135	19,98	0,4	0,4	9,8	45,8
Итого за прием пищи:			575	91,16	15,1	16,1	70,8	501,9
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕНЬИЙ	80	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	15,62	7,5	6,9	18,9	172,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРОЙ	200	51,75	14,2	17,2	57,2	452,7
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	6,5	42,0
Итого за прием пищи:			710	85,84	23,6	24,4	100,5	735,7
Всего за день:				151,80	44,7	45,8	180,7	1 347,3
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	200	25,68	14,2	15,3	37,1	352,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,75	6,9	5,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	46,93	21,1	21,3	77,2	601,1
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕНЬИЙ	100	20,00	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	11,13	7,5	6,9	18,9	172,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРОЙ	200	51,75	16,4	20,2	57,2	469,6
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,97	0,1	0,0	19,5	80,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,22	1,6	0,4	11,6	58,7
Итого за прием пищи:			800	91,07	27,2	27,7	115,5	842,7
Всего за день:				137,00	48,3	49,0	192,7	1 443,8
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Сотпсовано:

Директор

МОБУ "Волжская СОШ №1"

А.Ю. Арутюнян

(подпись)



А.В. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб. 80 коп.

« » 20

меню выбора

День 2:

Вторник

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	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	34,12	11,7	14,4	29,7	303,7
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008		БАТОН	50	10,10	3,0	1,2	20,6	107,9
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			500	62,04	15,50	15,80	67,60	487,65
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,5
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,5
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	16,81	5,0	9,0	29,4	224,7
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	41,20	18,6	14,2	50,4	400,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			730	74,96	23,60	23,50	100,30	726,54
Всего за день:				151,80	45,10	44,30	177,30	1 323,83
Сбалансированность:				0,00	1	4	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:

12 лет и старше

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	36,55	15,8	9,1	44,8	333,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	21,6	88,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,75	1,8	0,2	12,4	143,8
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,5	0,0	10,2	45,5
Итого за прием пищи:			550	55,80	18,10	18,80	89,00	613,95
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	11,50	5,0	9,0	29,4	224,7
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	41,20	18,2	18,7	50,4	466,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	21,6	88,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,75	2,6	0,4	10,7	82,9
Итого за прием пищи:			800	81,20	26,90	28,30	121,90	873,27
Всего за день:				137,00	27,40	28,80	132,10	1 487,22
Сбалансированность:				0,00	1	4	4	

Согласовано:
 Директор
 МОБУ "Болховская СОШ №1"
 А.Ю. Арутюнян
 (подпись)



А.В. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.

« _____ » _____ 20__

меню выбора

День 3: _____
 Неделя: _____
 Возрастная категория: _____

Среда
 Первая
 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	
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	15,49	13,1	15,1	26,4	302,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАНАН	180	28,50	2,3	0,8	31,5	146,0
Итого за прием пищи:			600	46,49	15,40	15,90	67,60	488,17
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	8,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	8,4	109,6
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	8,43	1,0	1,8	3,7	35,9
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	280	14,50	8,2	15,2	36,4	324,2
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	36,28	10,2	6,1	14,9	159,6
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	19,54	2,9	0,9	27,1	131,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	8,76	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			800	90,51	23,60	24,30	100,30	733,98
Всего за день:				151,80	45,00	45,20	177,30	1 331,79
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:			12 лет и старше					
Завтрак								
2011	223	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	17,64	15,9	18,1	35,2	377,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАНАН	180	28,50	2,3	0,8	31,5	146,0
Итого за прием пищи:			550	48,64	18,20	18,90	76,40	563,63
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,05	1,5	1,9	3,7	39,0
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	14,50	8,2	15,2	36,4	324,2
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	32,38	10,2	6,1	14,9	159,6
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	23,45	6,1	4,6	41,2	236,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	88,38	27,30	28,60	114,40	841,37
Всего за день:				137,00	45,50	46,90	190,80	1 405,00
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано
 Директор
 МОБУ "Волховская СОШ №1"
 А.Ю. Арутюнян
 (подпись)



А.В. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб. 80 коп.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

День 4: Четверг
 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	
ЗАВТРАК								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/20	33,62	15,8	15,6	43,9	389,9
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008		ЯБЛОКО	150	21,00	0,8	0,6	14,7	68,3
Итого за прием пищи:			900	58,34	16,4	16,2	68,4	498,3
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	18,00	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	15,73	2,1	6,5	23,7	166,2
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100	30,97	13,7	12,1	19,4	248,2
2011	309	МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,49	5,4	4,8	34,4	207,8
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			760	78,66	23,1	23,7	102,4	735,0
Всего за день:				151,80	45,5	44,9	180,2	1 342,9
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	200	33,52	16,2	8,9	41,7	320,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	30	4,20	1,8	9,2	12,4	143,8
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			550	54,22	18,5	18,6	76,5	662,6
Обед								
2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	24,55	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	15,83	2,1	6,5	23,7	166,2
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100	30,97	13,7	12,1	19,4	248,2
2011	309	МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,43	10,1	8,9	40,2	289,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	82,78	27,7	27,8	103,0	794,4
Всего за день:				137,00	46,2	46,4	179,5	1 356,9
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано: _____ Утверждаю: _____
 Директор _____ Директор _____
 МОБУ "Волховская СОШ №1" _____
 А.Ю. Арутюнян _____ В. Смирнов _____
 (подпись)



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.88 коп.

« _____ » _____ 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
					Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	15,89	15,1	15,3	45,3	389,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	140	19,80	0,6	0,6	13,7	64,2
Итого за прием пищи:			540	37,99	15,7	15,9	68,7	493,9
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ	250	19,24	5,5	4,9	15,6	132,1
2011	279	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ СОУСОМ СМЕТАНЫМ	100/50	39,45	11,2	14,9	27,1	295,6
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	17,12	2,9	2,9	21,0	125,0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,95	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	9,5	42,0
2008		БАТОН	20	2,80	1,5	0,6	10,3	54,0
Итого за прием пищи:			780	99,01	23,2	23,7	101,5	731,7
Всего за день:				151,80	44,9	44,6	179,6	1 335,2
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория: _____ 12 лет и старше

Завтрак								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	15,89	15,1	15,3	45,3	428,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	150	21,00	0,6	0,6	13,7	64,2
Итого за прием пищи:			550	39,39	16,7	16,7	68,7	532,3
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	1,1	0,2	3,8	22,0
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ	250	19,24	5,5	4,9	15,6	132,1
2011	279	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ СОУСОМ СМЕТАНЫМ	100/50	39,45	11,2	14,9	27,1	295,6
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	16,35	7,5	6,7	41,5	263,2
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,95	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,67	1,3	0,2	9,5	42,0
Итого за прием пищи:			830	97,61	26,7	27,0	113,2	824,7
Всего за день:				137,00	45,4	45,7	181,9	1 356,9
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано: _____
 Директор
 МОБУ "Волховская СОШ №1"
 А.Ю. Арутюнян
 (подпись)



Утверждено: _____
 Директор
 ООД "Перспектива"
 В.В. Смирнов
 (подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб. коп.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора


День 6: Понедельник
 Неделя: Вторая
 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	
ЗАВТРАК								
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	15,31	9,1	10,2	26,9	242,5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/15	18,80	6,5	6,6	20,6	183,2
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	51,93	16,0	16,2	67,1	491,4
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	90	18,00	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	14,68	5,3	6,2	48,7	279,1
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ	100	36,09	12,4	12,6	4,9	188,1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	9,83	3,6	4,7	37,7	213,0
2008	438	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,07	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			760	86,07	23,20	23,80	116,20	792,88
Всего за день:				151,80	45,20	45,00	192,70	1 393,89
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:			12 лет и старше					
Завтрак								
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	12,33	11,9	12,5	36,1	313,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	14,40	6,6	6,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	43,23	18,8	18,5	76,2	561,6
Обед								
2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	90	25,00	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	14,68	5,3	6,2	48,7	279,1
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ	100	36,09	12,4	12,6	4,9	188,1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	11,53	7,6	8,4	37,7	263,9
2008	438	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,97	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
			820	93,77	27,2	27,5	116,2	843,7
				137,00	46,0	45,0	192,4	1 405,2
				0,00	1	1	4	

Согласовано: _____
 Директор _____
 МОБУ "Волховская СОШ №1" _____
 А.Ю. Арутюнян
 (подпись)


 А.В. Смирнов
 (подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора

День 7:			Вторник					
Неделя:			Вторая					
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	
ЗАВТРАК								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	34,12	11,7	14,4	29,7	303,7
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008		БАТОН	30	2,80	3,0	1,2	20,9	107,9
2008		ЯБЛОКО	100	14,00	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			800	54,74	15,5	15,8	67,6	487,7
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	100,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,43	1,0	1,0	3,7	36,9
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/5	21,23	7,1	8,3	26,9	216,6
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	25,11	10,1	12,4	12,1	206,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	19,84	2,9	0,9	27,1	131,4
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,95	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			790	82,26	23,8	24,0	103,8	745,1
Всего за день:				151,80	45,3	44,8	180,8	1 342,4
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:			12 лет и старше					
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	36,55	15,8	9,1	44,8	333,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/10/5	3,82	0,0	0,0	9,8	40,2
2008		БАТОН	30	2,80	1,8	0,2	12,4	143,8
2008		ЯБЛОКО	120	16,80	0,5	0,5	10,2	48,5
Итого за прием пищи:			550	59,97	18,1	18,8	77,2	585,6
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,05	1,6	1,9	3,7	39,4
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	10,42	7,1	8,3	26,9	216,6
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	25,11	10,1	12,4	12,1	200,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	23,45	4,0	4,9	52,1	275,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	77,03	24,1	27,7	113,0	819,7
Всего за день:				137,00	42,2	46,5	190,2	1 385,3
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано: _____ Утверждаю: _____
 Директор _____ Директор _____
 МОБУ "Волховская СОШ №1" ООО "Перспектива" Смирное
 _____ А.Ю. Арутюнян
 (подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.80 коп.

« _____ » _____ 20 _____

меню выбора



День 8: _____ Неделя: _____ Возрастная категория: _____

Среда
Вторая
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	
ЗАВТРАК								
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	13,20	13,2	14,8	28,2	307,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАНАН	150	28,50	2,3	0,8	31,5	146,0
Итого за прием пищи:			500	44,20	15,5	15,6	69,4	493,2
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	14,53	2,0	5,4	11,0	107,2
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	45,83	13,8	13,6	34,8	325,7
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	9,83	5,4	4,8	34,4	207,8
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	6,40	0,0	0,0	17,4	71,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,26	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			780	92,80	23,2	24,8	108,4	767,4
Всего за день:				161,80	44,70	45,10	187,20	1 370,22
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория: _____ 12 лет и старше

Завтрак								
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	14,38	17,8	12,5	37,2	340,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	20	2,80	0,8	5,2	10,4	94,3
2008		ЯБЛОКО	130	18,20	0,8	0,8	19,8	91,1
Итого за прием пищи:			550	37,88	19,20	18,50	76,90	566,06
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ	250	14,53	2,0	5,8	11,0	107,2
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	45,83	13,8	13,4	35,9	336,6
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	11,53	7,6	8,4	37,7	263,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	99,14	27,8	28,0	106,6	811,4
Всего за день:				137,00	47,00	46,50	183,50	1 377,50
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:
 Директор
 МОБУ "Восходская СОШ №1"
 А.Ю. Арутюнян
 (подпись)

Утверждаю:
 Директор
 ООО "Перспектива"
 Смирнов
 (подпись)



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб.80 коп.

« _____ » _____ 20__

День 9: Четверг
 Неделя: Вторая
 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	
ЗАВТРАК								
2011	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	32,87	13,7	6,8	34,1	259,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	30	5,60	1,6	8,8	10,4	131,0
2008		ЯБЛОКО	130	18,20	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			540	59,17	15,8	16,1	66,9	488,8
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	15,42	2,1	6,6	28,1	105,2
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	200	42,40	18,1	16,5	38,4	385,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,95	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			730	77,83	23,4	23,7	101,2	731,3
Всего за день:				161,80	45,2	44,8	177,6	1 329,7
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:		12 лет и старше						
Завтрак								
2011	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	32,87	13,7	6,8	34,1	259,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	40	5,60	1,6	8,8	10,4	131,0
2008		ЯБЛОКО	130	18,20	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			540	59,17	15,8	16,1	66,9	488,8
Обед								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	13,33	0,2	8,3	90,5	449,2
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	14,09	9,4	28,1	280,4	1 367,6
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	200	42,48	17,3	42,2	508,0	2 546,2
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,95	0,2	18,5	98,0	574,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,00	0,4	17,0	85,7	511,2
Итого за прием пищи:			800	77,83	27,6	114,1	1 042,7	5 448,8
Всего за день:				137,00	43,3	130,2	1 109,6	5 937,6
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:
 Директор
 МОБУ "Воржовская СОШ №1"
 А.Ю. Арутюнян
 (подпись)

Утверждено:
 Директор
 ООО "Перспектива"
 А.В. Смирнов
 (подпись)



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 151 руб. 49 коп.

« 20 »

меню выбора

День 10: Пятница
 Неделя: Вторая
 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	
ЗАВТРАК								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,89	11,2	15,1	29,5	307,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,3	0,4	21,2	102,0
2008		МАНДАРИН	100	27,94	0,8	0,2	7,5	35,9
Итого за прием пищи:			500	48,33	15,3	15,7	67,9	485,0
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО 3,2% ЖИРНОСТИ	200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Итого за прием пищи:			200	14,80	6,0	5,0	9,4	109,6
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	15,55	3,8	7,3	34,6	225,3
2008	371	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СОУСОМ СМЕТАННЫМ	180	55,17	17,6	15,9	45,1	404,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	6,5	42,0
Итого за прием пищи:			710	88,67	23,4	23,8	100,2	725,3
Всего за день:				151,80	44,7	44,2	177,8	1 319,9
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.

Возрастная категория:		12 лет и старше						
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	12,49	15,2	18,0	37,2	382,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	4,20	3,3	0,4	21,2	102,0
2008		ЯБЛОКО	120	16,80	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			550	35,99	18,9	18,8	77,9	569,6
Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	16,65	4,8	7,3	34,6	229,4
2008	371	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СОУСОМ СМЕТАННЫМ	200	57,11	20,1	20,7	58,2	513,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,50	1,3	0,2	6,5	42,0
Итого за прием пищи:			800	101,01	27,3	28,4	114,8	846,7
Всего за день:				137,00	46,2	47,2	192,7	1 416,3
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	