



О.В. Хиткова

Утверждаю
Директор
ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов

Иванович

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

День 3:

Среда, 20.09.2023г.

Неделя:

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									
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	29,71	15,9	15,8	47,5	406,9	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8	
2008		ЯБЛОКО	100	10,00	0,4	0,4	9,8	45,5	
Итого за прием пищи:			500	42,21	16,30	16,20	67,00	492,19	
ЗАВТРАК II									
		МОЛОКО	200	14,80	3,0	3,2	5,9	66,3	
		ПЕЧЕНЬЕ	20	4,16	0,6	1,3	9,0	51,5	
Итого за прием пищи:			220	18,96	3,60	4,50	14,90	117,70	
ОБЕД									
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	7,95	1,0	1,9	3,8	37,4	
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	14,73	8,2	9,1	26,4	26,5	
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	33,83	12,8	12,6	14,9	230,8	
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	15,29	2,9	2,9	32,2	170,9	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	3,83	0,1	0,1	13,1	55,1	
Итого за прием пищи:			40	3,00	2,7	0,4	17,0	84,5	
Всего за день:				805	78,63	27,70	27,00	107,40	805,01
Среднее значение за период:				0,00	139,80	47,60	47,70	189,30	1414,90
					0,00	23,80	23,85	94,65	707,45

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									
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180/20	23,61	17,9	17,8	52,5	434,2	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8	
2008		ЯБЛОКО	150	15,00	0,6	0,6	14,7	68,3	
Итого за прием пищи:			550	41,11	18,5	18,4	76,9	582,3	
ОБЕД									
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	13,25	2,6	5,1	8,2	11,7	
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	13,51	4,2	7,2	18,6	160,4	
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	33,83	12,8	12,6	14,9	230,8	
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	18,35	6,5	3,5	42,6	233,9	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	3,45	0,1	0,1	11,8	9,7	
Итого за прием пищи:			20	1,50	1,3	0,2	8,5	2,0	
Всего за день:				830	83,89	27,50	28,70	104,60	805,52
Среднее значение за период:					125,00	46,00	47,10	181,50	1370,78
					0,00	23,00	23,55	90,75	685,39