



Утверждаю
 Директор
 ИП Смирнов И.А.
 Иван И.А. Смирнов
 (подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 125 руб.

30.11.2023 20 г Четверг

День 1:
 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 ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	15,08	8,9	7,9	37,7	264,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
ОБЕД	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/25	21,46	8,8	8,5	20,6	199,6
Итого за прием пищи:			515	39,04	17,70	16,40	68,00	507,89
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								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	10,62	5,6	7,9	28,9	214,9
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	21,17	3,0	9,9	46,5	295,0
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	31,98	12,7	6,1	11,4	155,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	4,53	0,1	0,0	11,2	6,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	4,0
Итого за прием пищи:			780	81,80	23,20	24,20	107,50	769,33
Всего за день:				139,80	44,50	45,10	190,40	1382,52
Среднее значение за период:				0,00	22,25	22,55	95,20	697,26

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	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	15,08	8,9	7,9	37,7	264,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	14,48	6,1	7,5	18,0	168,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	8,00	3,0	3,4	17,2	14,4
Итого за прием пищи:			555	40,06	18,00	18,80	82,60	582,30
ОБЕД								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	20,00	0,8	0,1	1,7	1,2
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	8,31	5,7	5,4	38,9	233,1
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	19,07	6,6	9,1	55,7	30,1
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	31,98	12,7	16,1	11,4	28,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,08	0,1	0,0	10,1	1,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,3	0,2	8,5	4,0
Итого за прием пищи:			830	84,94	27,2	30,9	126,3	96,7
Всего за день:				125,00	45,20	49,70	208,90	1502,02
Среднее значение за период:				0,00	22,60	24,85	104,45	752,01