

Согласовано:
Директор
МОДУ ДОО «Лужская
школа»
Н.А. Беленкова



И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 250 руб.

« _____ » _____ 2023

День 4: **четверг**
Неделя: **первая**
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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,10	7,6	9,7	39,3	282,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/30	23,85	12,7	10,9	28,3	269,5
2008	343	АПЕЛЬСИН	230	57,49	1,8	0,4	16,2	77,5
Итого за прием пищи:			700	99,94	22,10	21,00	93,50	669,26
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	21,61	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/20	30,96	5,3	5,2	16,8	139,0
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	15,13	4,2	3,7	37,0	203,3
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	39,05	7,6	11,2	3,1	148,0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	13,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	19,03	7,6	9,1	31,8	246,2
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
Итого за прием пищи:			980	150,06	34,60	37,20	149,30	1 099,95
Всего за день:				250,00	56,70	58,20	242,80	1 769,21
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,10	7,6	9,7	39,3	282,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,50	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/30	23,85	12,7	10,9	28,3	269,5
2008	343	АПЕЛЬСИН	230	57,49	1,8	0,4	16,2	77,5
Итого за прием пищи:			700	99,94	22,10	21,00	93,50	669,26
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	21,61	1,0	3,6	3,3	51,1
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	27,94	5,3	5,2	16,8	139,0
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	18,15	5,0	4,4	44,4	243,6
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	39,05	7,6	11,2	3,1	148,0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	13,48	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		БАТОН	50	6,00	6,3	4,0	30,6	188,5
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	19,03	7,6	9,1	31,8	246,2
Итого за прием пищи:			1000	150,06	35,44	37,90	156,70	1 140,24
Всего за день:				250,00	57,54	58,90	250,20	1 809,50
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Начальник
лагеря _____

Зав. пр-вом _____