

Согласовано
Директор ОУ

Свердловский К. К.



Меню на 05.10.2022г

День: 3

Платное питание

Прием пищи	Раздел	№ Рецептуры	Наименование блюда	Выход, грамм	Цена, руб.	Пищевые вещества (г/100г)			
						Б	Ж	У	Эн/и (ккал)
Завтрак	Закуска	3	Бутерброд с сыром	60	25	3,89	4,37	0,48	57,00
	Горячее блюдо	1	Каша молочная Геркулес	250	35	7,81	10,35	43,54	306,66
	Горячий напиток	30	Чай с сахаром и лимоном	200	10	0,14	0,03	16,15	67,00
	Фрукт	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	40	0,28	0,28	6,86	32,90
	Хлебобулочное изделие	ГП	Хлеб ржаной	30	3	1,96	0,40	17,92	80,00
		ГП	Хлеб пшеничный или батон	50	3	3,20	0,06	16,04	83,20
Итого комплексно				690,00	100,00	17,28	15,49	100,99	626,76

Обед	Закуска	11	Салат из белокачанной капусты	100	25	1,50	5,69	5,44	81,00
	1 блюдо	49,50	Суп картофельный с мясными фрикадельками 230/20	250	40	6,15	5,96	14,09	153,00
			Рыба тушеная в томате с овощами(минтай) 80/30	110	65	24,40	8,72	4,12	192,00
	Гарнир	57	Рис припущенный	150	25	3,76	5,58	30,00	185,26
	Напиток	86	Напиток витаминный	200	20	1,00	0,20	20,00	65,80
	Хлебобулочное изделие	ГП	Хлеб пшеничный	75	3	6,00	0,11	30,08	156,00
		ГП	Хлеб ржаной	40	3	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого комплексно				915	130	44,77	26,66	121,65

Заведующий производством _____

Согласовано
Директор ОУ

И.И. Смирнов
К. К.
Л.И.И.О.У.
№ 6
Городской округ

Генеральный директор ООО "РИЧ"



Меню на 05.10.2022г

День: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Раздел	№ Рецептуры	Наименование блюда	Выход, грамм	Цена, руб.	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
						Б	Ж	У	
Завтрак	Закуска	3	Бутерброд с сыром	43		1,70	3,45	0,39	45,00
	Горячее блюдо	1	Каша молочная Геркулес	200		6,25	8,28	34,83	245,33
	Горячий напиток	30	Чай с сахаром и лимоном	187		0,14	0,03	16,15	67,00
	Фрукт	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100		0,28	0,28	6,86	32,90
	Хлебобулочное изделие	ГП	Хлеб ржаной	20		0,98	0,20	8,95	40,00
ГП		Хлеб пшеничный или батон	40		2,00	0,38	9,48	52,00	
Итого				590,00	81,76	11,35	12,62	76,66	482,23

Обед	Закуска	11	Салат из белокочанной капусты	60		1,50	5,69	5,44	81,00
	1 блюдо	49,50	Суп картофельный с мясными фрикадельками 200/20	220		6,15	5,96	14,09	153,00
			2 блюдо	51	Рыба тушеная в томате с овощами(минтай) 70/30	100		24,40	8,72
	Гарнир	57	Рис припущенный	150		3,76	5,58	30,00	185,26
	Напиток	86	Напиток витаминный	180		1,00	0,20	20,00	65,80
	Хлебобулочное изделие	ГП	Хлеб пшеничный	55		4,40	0,83	20,85	114,40
		ГП	Хлеб ржаной	30		1,47	0,30	13,44	60,00
Итого				795	122,66	42,68	27,28	107,94	851,46

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Раздел	№ Рецептуры	Наименование блюда	Выход, грамм	Цена, руб.	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
						Б	Ж	У	
Завтрак	Закуска		Бутерброд с сыром	60		3,89	4,37	0,48	57,00
	Горячее блюдо	1	Каша молочная Геркулес	250		7,81	10,35	43,54	306,66
	Горячий напиток	30	Чай с сахаром и лимоном	200		0,14	0,03	16,15	67,00
	Фрукт	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100		0,28	0,28	6,86	32,90
	Хлебобулочное изделие	ГП	Хлеб ржаной	30		1,96	0,40	17,92	80,00
ГП		Хлеб пшеничный или батон	50		3,20	0,06	16,04	83,20	
Итого				690,00	95,08	17,28	15,49	100,99	626,76

Обед	Закуска		Салат из белокочанной капусты	100		1,50	5,69	5,44	81,00
	1 блюдо	49,50	Суп картофельный с мясными фрикадельками 230/20	250		6,15	5,96	14,09	153,00
			2 блюдо	51	Рыба тушеная в томате с овощами(минтай) 80/30	110		24,40	8,72
	Гарнир	57	Рис припущенный	180		3,76	5,58	30,00	185,26
	Напиток	86	Напиток витаминный	200		1,00	0,20	20,00	65,80
	Хлебобулочное изделие	ГП	Хлеб пшеничный	75		6,00	0,11	30,08	156,00
		ГП	Хлеб ржаной	40		1,96	0,40	17,92	80,00
Итого				955	142,59	44,77	26,66	121,65	913,06

Заведующий производством _____