

**КОНТРОЛЬНОЕ  
БЛЮДО**





# МЕНЮ

Назначение и номер заказа № 4  
 Дата 06.12.2024  
 День \_\_\_\_\_  
 Номер \_\_\_\_\_  
 Номер для заказа: 3  
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Пример блюда, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево-ды	Калорий-ность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	28,90 Р
2.	Рыб, тушеная с овощами	140	13,70	1,97	5,74	103,00	58,00 Р
3.	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126,00	47,00 Р
4.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	45	2,52	0,504	20,43	90,94	3,20 Р
	Всего	795	29,20	14,15	81,31	581,19	149,60 Р
<b>ОБЕД</b>							
1.	Омлет по-аппалу (паниров омлет/паниров омлет)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	20,00 Р
2.	Шпа из свиной ветчины	250	1,69	5,36	8,70	89,75	25,00 Р
3.	Рагу из овощей	230	16,51	15,40	19,98	284,57	90,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	60	1,00	0,00	20,20	133,94	3,00 Р
6.	Хлеб ржаной	40	3,58	0,43	25,30	80,83	3,00 Р
7.	Пирог "Южный"	100	2,24	0,45	18,16	183,50	2,50 Р
	Всего:	980	32,93	28,57	135,06	879,40	128,50 Р
<b>Полдник 2 смены (раз-ный)</b>							
1.	Какао молочное миниа	250	6,10	11,20	35,71	263,20	
2.	Какао с мякотью	200	4,08	3,54	17,58	118,52	
	Всего:	450	10,18	14,74	53,29	381,72	

Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_  
 Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" \_\_\_\_\_  




# МЕНЮ

Назначение и номер заказа № 4  
 Дата 06.12.2024  
 День \_\_\_\_\_  
 Номер \_\_\_\_\_  
 Номер для заказа: 3  
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Пример блюда, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий-ность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	20,00р.
2.	Рыб, тушеная с овощами	120	11,71	1,97	5,74	88,38	50,00р.
3.	Пюре картофельное	150	4,05	6,00	8,70	105,00	40,00р.
4.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	10,00р.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
	Всего	595	23,01	11,06	65,35	460,46	125,00р.
<b>ОБЕД</b>							
1.	Омлет по-аппалу (паниров омлет/ паниров омлет)	60	0,67	0,06	2,10	12,00	17,00 Р
2.	Шпа из свиной ветчины с картофелем	200	1,35	4,29	6,96	71,8	23,00 Р
3.	Рагу из овощей	175	12,56	11,72	15,20	216,52	55,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	3,30 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
7.	Пирог "Южный"	80	5,44	5,46	39,38	148,41	2,00 Р
	Всего	795	25,64	22,47	118,66	703,66	117,50р.
<b>Полдник 2 смены (раз-ный)</b>							
1.	Какао молочное миниа	210	5,10	10,72	33,42	250,56	
2.	Какао с мякотью	200	4,08	3,54	17,58	118,52	

Дир. Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_  
 Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" \_\_\_\_\_  
