

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**





МЕНЮ

Плановое в меню № 4
 Дата: 17.12.2024
 День: _____
 Номер: 1
 Номер для заказа: 1
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прим. наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углевод	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1	Пудинг из творога запарочный	200	30,13	10,66	41,33	381,33	77,70 Р
2	Сухарики из хлеба	30	4,50	7,50	23,76	63,34	20,00 Р
3	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	20,00 Р
4	Хлеб пшеничный	50	2,98	0,36	21,08	111,62	2,50 Р
5	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	10,00 Р
Всего:		680	46,4	28,11	114,89	789,58	130,4
ОБЕД							
1	Омлет по-сезону (яйца свежие/яйца перепел)	100	0,80	0,10	1,70	10,00	20,00 Р
2	Суп с крупой и картофелем	250	1,38	5,99	6,10	83,70	23,00 Р
3	100	10,31	15,13	8,95	213,18	51,00 Р	
4	Каша овсяная	180	5,93	9,47	38,62	282,80	22,00 Р
5	Сыр пармезан	30	7,80	7,98	0,00	103,02	28,00 Р
6	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	10,00 Р
7	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,42	21,30	133,94	3,00 Р
8	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
Всего:		960	33,18	39,87	113,82	948,02	162,00 Р
Полдник 2 смена (заказ)							
1	Омлет натуральный	200	18,37	25,00	3,31	380,20	
2	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,5	
3	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,91	6,40	21,30	92,30	
4	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	
Всего:		540	27,47	35,75	66,5	709,50	

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



МЕНЮ

Плановое в меню № 4
 Дата: 17.12.2024
 День: _____
 Номер: 1
 Номер для заказа: 2
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прим. наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углевод	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1	Пудинг из творога запарочный	160	24,10	8,50	33,06	309,06	60,00 Р
2	Сухарики из хлеба	30	4,50	7,50	23,76	63,34	20,00 Р
3	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	20,00 Р
4	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
5	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	180	3,40	3,56	7,39	102,96	28,00 Р
Всего:		610	39,17	25,34	100,78	679,55	130,50 Р
ОБЕД							
1	Омлет по-сезону (яйца свежие/яйца перепел)	60	0,48	0,06	1,02	6,00	17,00 Р
2	Суп с крупой и картофелем	200	1,10	4,79	4,88	67,03	23,00 Р
3	Панишка натуральная рубленая	90	15,55	18,67	8,06	191,86	40,00 Р
4	Каша овсяная	150	4,94	7,89	32,18	219,00	20,00 Р
5	Фрукты свежие (яблоко кубанское)	120	1,80	1,80	25,20	115,20	15,00 Р
6	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	10,00 Р
7	Сыр пармезан	30	7,8	7,98	0	103,02	40,00 Р
8	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	3,50 Р
9	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
Всего:		930	36,36	41,95	121,36	932,70	
Полдник 2 смена (заказ)							
1	Омлет натуральный	160	14,86	20,48	2,81	308,96	
2	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,9	
3	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,91	6,40	21,30	92,30	
4	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	
Всего:		460	21,71	29,56	60,67	587,26	

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

