

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**



МЕНЮ



Назначение и номер меню № 4

Дата: 26.12.2024

Возраст: _____

Имя ребенка: _____

Возраст для оценки: _____

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Продукты, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Нера кабачковая	60	1,01	0,03	12,27	53,57	19,00р.
2.	Зрета рыбные рубленые	90	9,42	14,94	13,99	176,00	38,50р.
3.	Картофель отварной	130	2,93	5,06	17,39	126,80	30,00р.
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	15,00р.
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00р.
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
	Всего:	580	17,25	20,51	85,74	549,50	
							107,00р.
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко, свекла, капуста, морковь)	60	0,71	1,92	5,33	47,64	17,00 P
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60	23,00 P
3.	Фрикадельки из кур	90	10,34	15,75	5,60	214,00	35,00 P
4.	Макаронные отварные с овощами	130	0,57	5,51	24,36	149,31	19,00 P
5.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00 P
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 P
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 P
8.	Каша молочная овсяная (кофея 2,5%)	180	5,40	5,76	7,39	102,96	28,00 P
	Всего:	960	26,64	34,29	100,10	864,44	
							137,50 P
Вечернее 2 меню (качественно)							
1.	Сырники со сметанным соусом 150/20	170	11,30	14,10	24,50	200,1	
2.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	
	Всего:	370	14,09	17,29	44,21	318,79	

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



МЕНЮ



Назначение и номер меню № 4

Дата: 26.12.2024

Возраст: _____

Имя ребенка: _____

Возраст для оценки: _____

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Продукты, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Нера кабачковая	100	1,48	0,08	20,43	89,28	21,00 P
2.	Зрета рыбные рубленые	100	10,46	16,60	15,96	197,70	55,00 P
3.	Картофель отварной	130	3,32	6,07	20,87	152,16	34,00 P
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	15,00р.
5.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00р.
6.	Хлеб пшеничный	60	2,58	0,43	21,30	133,94	3,00р.
	Всего:	480	21,48	23,64	120,47	738,72	133,00р.
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (яблоко, свекла, капуста, морковь)	100	1,18	3,20	8,88	69,11	20,00 P
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	6,00	7,90	27,50	201,50	25,00р.
3.	Фрикадельки из кур	100	11,48	17,90	6,23	237,77	40,00 P
4.	Макаронные отварные с овощами	130	0,68	6,61	29,23	179,17	22,00 P
5.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	10,00р.
6.	Хлеб пшеничный	60	3,38	0,43	21,30	133,94	3,00 P
7.	Хлеб ржаной	70	2,58	0,56	22,7	101,04	3,50р.
8.	Каша молочная овсяная (кофея 2,5%)	200	6,00	6,40	8,31	114,40	30,00р.
	Всего:	1140	33,32	42,6	138,64	1098,76	
							156,30р.
Вечернее 2 меню (качественно)							
1.	Сырники со сметанным соусом 150/20	170	11,30	14,10	24,50	200,1	
2.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	
	Всего:	370	14,09	17,29	44,21	318,79	

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

