

Наименование блюд и продуктов	Химический состав					Цена за блюдо
	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг. цен. (ккал)	
1	2	3	4	5	6	7
15.03.2021 год						
Завтрак						
Каша жидкая на рисовой крупе и молоке	150	1,65	6,15	15,75	152,6	10,68
технологическая карта № 311 сборник Хлебпродинформ,2004						
Бутерброд с сыром	15/15/5	4,7	7,9	7,3	123	11,19
технологическая карта № 3 сборник Хлебпродинформ,2004						
Какао с молоком сгущенным	200	4,7	5	31,8	187	10,20
технологическая карта № 694 сборник Хлебпродинформ,2004						
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	2,45
Итого энергетической ценности за завтрак:		14,85	19,45	79,15	581,6	
Обед						
Салат «степной» из разных овощей	100	2,8	8,6	3,8	105	9,09
технологическая карта № 25 сборник Хлебпродинформ,2004						
Суп из овощей на говядине	250	2,2	4,4	12,4	99	23,33
технологическая карта № 135 сборник Хлебпродинформ,2004						
Тефтели с томатным соусом	55/50	13,22	10,8	14,68	211,2	21,10
технологическая карта № 587 сборник Хлебпродинформ,2004						
Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	39,7	220,5	7,24
технологическая карта № 516 сборник Хлебпродинформ,2004						
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	3,89
технологическая карта № 639 сборник Хлебпродинформ,2004						
хлеб ржаной	35	2,42	0,42	14,8	74,9	2,07
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
итого энергетической ценности за обед:		30,44	30,87	140,78	954,1	
итого энергетической ценности:		45,29	50,32	219,93	1535,7	Итого: 103,69

16.03.2021 год

Завтрак

Омлет натуральный	150	15	25,05	2,85	298,5	32,69
технологическая карта № 340 сборник Хлебпродинформ,2004						
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
Чай с лимоном	207	0,3	0	15,2	60	3,79
технологическая карта № 686 сборник Хлебпродинформ,2004						
Итого энергетической ценности за завтрак:		19,25	25,55	42,05	478	

Обед

Салат из свеклы с изюмом	100	1,5	4,5	16,5	108	6,41
технологическая карта № 26 сборник П.С.Батищев,2003						
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250	2	5,2	13,1	106	13,32
технологическая карта № 110 сборник Хлебпродинформ,2004						
Сосиска с томатным соусом	55/50	7,96	16,74	5,16	203,6	18,34
технологическая карта № 587 сборник Хлебпродинформ,2004						
Пюре картофельное	150	3,15	8,25	21,75	189	9,39
технологическая карта № 520 сборник Хлебпродинформ,2004						
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	42,2	162	3,85
технологическая карта № 648 сборник Хлебпродинформ,2004						
хлеб ржаной	35	2,42	0,42	14,8	74,9	2,07
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
яблоко	220	0,8	0,4	19,6	80	23,10
итого энергетической ценности за обед:		21,78	36,01	157,11	1043	Итого: 117,86
итого энергетической ценности:		41,03	61,56	199,16	1521	

17.03.2021 год

Завтрак

<i>Каша вязкая с морковью</i>	150	5,55	11,85	29,1	249	11,93
технологическая карта № 306 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>Кефир с м.д.ж.2,5%</i>	200	5,8	5	8	106	11,20
<i>хлеб пшеничный</i>	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
Итого энергетической ценности за завтрак:		15,3	17,35	61,1	474,5	

Обед

<i>Салат " Несвижский"</i>	100	5,1	9,7	5,2	129	10,54
технологическая карта № 63 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>Суп картофельный с мясными фрикадельками</i>	250	2	2,4	14,8	90	13,49
технологическая карта № 137 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>Плов с говядины</i>	150	21,6	11,8	37,8	350	48,45
технологическая карта № 443 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>чай с молоком и сахаром</i>	200	1,5	1,5	15,8	81	3,37
технологическая карта №184 сборник Уфа						
<i>хлеб ржаной</i>	35	2,42	0,42	14,8	74,9	2,07
<i>хлеб пшеничный</i>	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
<i>яблоко</i>	220	0,8	0,4	19,6	80	23,10
итого энергетической ценности за обед:		37,37	26,72	132	924,40	Итого: 129,05
итого энергетической ценности:		52,67	44,07	193,1	1398,9	

18.03.2021 года

Завтрак

<i>Каша рисовая рассыпчатая с изюмом</i>	150	2,4	6	35,85	211,5	16,65
технологическая карта № 300 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах</i>	200	0	0	42,2	162	3,85
технологическая карта № 648 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>хлеб пшеничный</i>	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
<i>Апельсин</i>	220	19,8	0,59	23,76	117,3	27,50

<i>Итого энергетической ценности за завтрак:</i>		26,15	7,09	125,81	610,3	
Обед						
<i>Салат из свеклы с солеными огурцами</i>	100	2,2	0,14	12	56	7,37
технологическая карта № 28 сборник П.С.Батищев,2003						
<i>Суп крестьянский с крупой на к/б</i>	250	2,6	5,3	14,3	116	8,29
технологическая карта № 134 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>Жаркое по-домашнему на говядине</i>	150	17,8	9,8	21,6	250	50,59
технологическая карта № 436 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>Сок яблочный</i>	200	1	0	21,2	88	11,00
<i>хлеб ржаной</i>	35	2,42	0,42	14,8	74,9	2,07
<i>Булочка дорожная</i>	50	3,55	7,4	28,05	194	2,7
технологическая карта № 770 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>хлеб пшеничный</i>	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
<i>Итого энергетической ценности за обед:</i>		33,52	23,56	135,95	898,4	Итого: 134,92
<i>Итого энергетической ценности:</i>		59,67	30,65	261,76	1508,7	
19.03.2021 год						
Завтрак						
<i>Каша вязкая на овсяных хлопьях</i>	150	4,5	8,4	19,8	178,5	11,11
технологическая карта № 302 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>Бутерброд с сыром</i>	15/15/5	4,7	7,9	7,3	123	11,19
технологическая карта № 3 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>Компот из свежих плодов яблок</i>	200	0,2	0	35,8	142	8,88
технологическая карта № 631 сборник Хлебпродинформ,2004						
<i>Хлеб пшеничный</i>	50	3,8	0,4	24,3	119	2,45
<i>Итого энергетической ценности за завтрак:</i>		13,2	16,7	87,2	562,5	
Обед						
<i>Салат из красной фасоли</i>	100	3,2	2,83	8,63	125	6,96
технологическая карта № 57 сборник Хлебпродинформ,2004						

п с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	5,96	4,16	10	102,5	9,45
технологическая карта № 143 сборник Хлебпродинформ,2004						
Птица, тушенная в сметанном соусе	65/35	19,7	15,75	2,35	231	26,58
технологическая карта № 493 сборник Хлебпродинформ,2004						
Картофель и овощи, тушенные в соусе	200	5,1	16,7	39,75	328,5	17,8
технологическая карта № 217 сборник Хлебпродинформ,2004						
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	42,2	162	3,85
технологическая карта № 648 сборник Хлебпродинформ,2004						
хлеб ржаной	35	2,42	0,42	14,8	74,9	2,07
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
Банан	267	4	1,3	56,1	256,3	26,69
итого энергетической ценности за обед:		44,33	41,66	197,83	1399,7	
итого энергетической ценности:		57,53	58,36	285,03	1962,2	Итого: 129,48

Директор школы
Зав столовой



Петрушкевич Н.В.
Савва Е.Д