

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО**



УТВЕРЖДЕНО
 Директор МБОУ СОШ № 17
 10



МЕНЮ

КАТЕГОРИЯ: "Дети 7-11 лет"

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
333	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	90	55,70	153,00			
377	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	22,60	105,00	4,10	6,00	8,70
460	ЧАЙ С МОЛОКОМ**	180	3,70	57,60	1,40	1,20	10,40
573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,40	70,40	2,30	0,20	14,80
574	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,00	41,40	1,60	0,30	8,10
112	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	12,00	47,00	0,40	0,40	9,80
ИТОГО:		570	96,4	474,4	19,3	19,4	55

Категория: "За счет бюджетных средств" (дети с 12 лет и старше)

460	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,70	57,60	1,40	1,20	10,40
573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,40	70,40	2,30	0,20	14,80
ИТОГО:		210	5,1	128	3,7	1,4	25,2

КАТЕГОРИЯ: "За счет средств родительской платы" (дети старше 12 лет)

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
330	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	200	72,60	368,00	16,30	18,20	34,60
112	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	12,00	47,00	0,40	0,40	9,80
574	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,50	62,10	2,40	0,50	12,10
ИТОГО:		330	86,1	477,1	19,1	19,1	56,5

КАТЕГОРИЯ: "За счет бюджетных средств" (дети с 12 и старше лет)

ЗАВТРАК

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
333	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	60,00	169,80	10,50	12,60	3,50
377	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	27,10	126,00	4,90	7,20	10,40
460	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,00	63,90	1,60	1,30	11,50
573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,50	117,00	3,80	0,40	24,60
574	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,50	62,10	2,40	0,50	12,10
112	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	12,00	47,00	0,40	0,40	9,80
ИТОГО:		660	107,1	585,8	23,6	22,4	71,9

КАТЕГОРИЯ: "За счет бюджетных средств" (дети с 7-11 лет)

ОБЕД

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
107	Овощи солёные (помид.) нарез. **	60	7,9	12,00	0,66	0,06	2,10
133	Рассольник	200	12,30	87,60	1,48	4,05	4,06
237	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,24	253,00	8,55	7,84	37,08
512	Компот из плодов или ягод сушёных	200	4,36	81,00	0,30	0,00	20,10
108	Хлеб пшеничный	30	1,42	70,50	2,30	0,24	14,70
109	Хлеб ржаной	30	1,36	52,10	1,98	0,35	9,96
589	Кондитерское изделие пряники заварные	30	5,40	109,80	1,77	1,40	22,56
589	Кондитерское изделие (прятки) <i>котлета</i>	<i>120</i>	6,23	109,80	1,77	1,40	22,56
ИТОГО:		810,00	107,57	914,48	31,60	29,04	124,08

Категория: "За счет бюджетных средств" (дети с 12 лет и старше)

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
512	Компот из плодов или ягод сушёных	200	10,43	81,00	0,30	0,00	20,10
108	Хлеб пшеничный	70	3,30	163,00	5,36	0,56	34,30
ИТОГО:		270	13,73	244	5,66	0,56	54,4

КАТЕГОРИЯ: "За счет средств родительской платы" (дети старше 12 лет)

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
107	Овощи солёные (помидор) нарезка **	100	10,50	20,00	1,10	0,10	3,50
133	Рассольник	250	12,30	109,50	1,85	5,07	5,08
237	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,50	303,00	10,26	9,41	44,49
381	Котлета из говядины (биточки)	130	65,30	305,68	18,12	18,60	16,38
109	Хлеб ржаной	30	1,85	69,40	2,60	0,46	13,20
ИТОГО:		690	101,45	807,58	33,93	33,64	82,645

КАТЕГОРИЯ: "Дети 7-11 лет"

ПОЛДНИК

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
541	Выпечка (ватрушка)	90	63	217,16	9,36	7,63	27,85
518	Сок тетра-пак (яблочный)	200	24	92,00	1,00	0,20	0,20
112	Фрукты (яблоки)***	100	9,8	47,00	0,40	0,30	10,30
ИТОГО:		390	96,8	356,16	10,76	8,13	38,35

КАТЕГОРИЯ: "Дети старше 12 лет"

З.ч. Г. Гасман