

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО





УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 17
 В. Мартин
 04 2024 г.

КАТЕГОРИЯ: "Дети 7- 11 лет"

ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
376	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	66,98	319	21	19	16
582	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	20	4,20	83	2	2	15
82	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	13,68	47	0	0	10
573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,89	94	3	0	20
574	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,82	82	3	1	16
470	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	200	13,60	101	6	5	8
ИТОГО:		500	102,17	679	35	27	75

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

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
459	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	3,50	40	0	0	10
573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,36	118	4	0	25
ИТОГО:		250	5,86				

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

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
376	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	75,80	399	22	24	20
82	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	13,68	47	0	0	10
574	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,36	62	2	1	12
470	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	180	12,24	91	5	5	7
ИТОГО:		810	103,08	757	33,9	29,6	83,8

Категория: "За счет родительской платы" (дети с 12 лет и старше)

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
65	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	32,00	187	7	13	10
522	ВАРЕНИКИ С ОВОЩНЫМ ФАРШЕМ	200	66,12	216	7	5	36
433	СМЕТАНА	30	5,69	47	1	5	1
460	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,29	64	2	1	12
582	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	30	4,04	125	2	3	22
574	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,82	82	3	1	16
ИТОГО:		550	115,96	720	22	27	97

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

ОБЕД

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
149	Овощи солёные (огур) нарезка **	60	7,29	7	0	0	1
95/318	Борщ с капустой и картофелем(с мясом)	250	21,47	118	6	7	7
333	Голубцы ленивые	100	59,50	173	11	12	4
377	Картофельное пюре	180	15,20	166	4	8	20
486	Компот (из свежих фруктов)	200	4,36	46	0	0	11
573	Хлеб пшеничный	50	2,36	118	4	0	25
574	Хлеб ржаной	50	2,27	87	3	1	17
ИТОГО:		890	112,45	715	28	28	85

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

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
486	Компот (из свежих фруктов)	200	4,36	46	0	0	11
573	Хлеб пшеничный	70	3,30	165	6	1	34
ИТОГО:		270	7,66				

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

ОБЕД

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
149	Овощи солёные (огурец) нарезка **	100	12,15	11	1	0	1
95/318	Борщ (с мясом)	250	21,47	118	6	7	7
333	Голубцы ленивые	120	68,30	208	13	14	5
377	Картофельное пюре	200	20,26	184	4	9	22
574	Хлеб ржаной	40	1,82	82	3	0	16
ИТОГО:		710	124,00	603,00	26,60	30,36	50,60

КАТЕГОРИЯ: "Дети 7- 11 лет"

ПОЛДНИК

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
268	Омлет натуральный	150	55,90	239	13	20	3
573	Хлеб пшеничный	25	1,18	59	2	0	12
n/n	Сок томатный (в пром. упаковке тетра-пак)	200	22,00	36	1	0	0
Итого:		375	79,08	334			

КАТЕГОРИЯ: "Дети старше 12 лет"

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
268	Омлет натуральный	180	69,76	319	14	27	4
n/n	Сок томатный (в пром. упаковке тетра-пак)	200	22,00	92	1	0	0
574	Хлеб ржаной	20	0,90	41	2	0	10
ИТОГО:		400	92,66	452	17	27	14

Овощи солёные в нарезке** - допускается использование иных овощей. Фрукт *** - допускается выдача иных фруктов.
 Заведующий производством Паскаль