

АО " ФИРМА ФЛОРИДАН"

Директор ГБОУ



Цикличное десятидневное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения питанием детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием стоимостью 365,92 руб.

" 21 " 06 2021 г

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
7 день							
Завтрак							
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,73	6,88	14,56	139,00
2012	217	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	200	14,60	27,20	7,00	278,00
	066	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50	1,30	5,60	24,00
	067	ТВОРОГ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	7,50	6,00	1,50	113,00
	083	ПЕЧЕНЬЕ	40	3,80	3,80	28,80	130,00
	069	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,46	0,35	11,90	63,50
Итого за прием пищи:			735	32,59	45,53	69,36	747,50
Обед							
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2,80	5,70	4,30	110,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/10/1	6,00	8,10	7,50	168,40
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	290	56,70	14,10	48,80	444,30
	070	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,40	0,02	6,90	91,00
	056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,20	0,40	10,90	56,00
	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,30	0,90	15,50	78,00
Итого за прием пищи:			841	70,40	29,22	93,90	947,70
Полдник							
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	7,20	4,30	53,20	289,00
	077	СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	1,00	0,00	25,40	120,00
	072	ЧЕРЕШНЯ СВЕЖАЯ	100	1,10	0,40	10,60	46,00
Итого за прием пищи:			400	9,30	4,70	89,20	455,00
Всего за день:				112,29	79,45	252,46	2 150,20

Зав.производством:

Калькулятор:



Цикличное десятидневное сбалансированное меню рациона в горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения питанием детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием стоимостью 365,92 руб.

" 23 " 06 2021 г

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
9 день							
Завтрак							
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,45	7,55	14,62	136,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	180	8,80	8,40	27,30	244,40
	079	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,90	2,50	6,20	27,00
	091	ПРЯНИК	50	2,70	2,70	34,80	172,00
	067	ТВОРОГ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	7,50	6,00	1,50	113,00
	080	АПЕЛЬСИН	150	1,40	0,27	12,20	64,50
Итого за прием пищи:			720	25,75	27,42	96,62	756,90
Обед							
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,70	6,10	2,20	64,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/10/1	6,80	7,60	14,30	246,00
2012	266	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	100	13,20	8,45	12,40	250,00
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,40	6,80	18,30	149,00
	081	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,20	0,00	6,40	68,00
	056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,20	0,40	10,90	56,00
	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,30	0,90	15,50	78,00
Итого за прием пищи:			801	28,80	30,25	80,00	911,00
Полдник							
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	5,30	2,00	62,00	292,00
	077	СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	1,00	0,00	25,40	120,00
	082	АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	100	0,90	0,10	9,00	44,00
Итого за прием пищи:			400	7,20	2,10	96,40	456,00
Всего за день:				61,75	59,77	273,02	2 123,90

Зав.производством:

Калькулятор:



Цикличное десятидневное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения питанием детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием стоимостью 365,92 руб.

" 24 " 06 2021 г

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
10 день							
Завтрак							
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,73	6,88	14,56	139,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,70	7,50	20,10	168,00
	066	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50	1,30	5,60	24,00
	083	ПЕЧЕНЬЕ	40	3,80	3,80	28,80	130,00
	084	БАНАН СВЕЖИЙ	200	2,14	0,71	30,00	192,00
	060	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	6,30	4,00	10,60	88,00
Итого за прием пищи:			760	23,17	24,19	109,66	741,00
Обед							
2012	39	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ И КУРАГОЙ	60	0,80	3,10	6,50	74,00
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/35/1	5,30	2,90	14,90	149,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	100	22,40	9,80	9,00	288,00
2012	342	РАГУ ОВОЩНОЕ С КАБАЧКАМИ И ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	150	2,80	6,10	15,70	153,00
	085	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,10	0,20	40,20	117,00
	056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,20	0,40	10,90	56,00
	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,30	0,90	15,50	78,00
Итого за прием пищи:			806	35,90	23,40	112,70	915,00
Полдник							
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	100	8,70	1,80	51,90	296,00
	071	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	5,60	5,00	9,40	106,00
	086	ПЕРСИК СВЕЖИЙ	100	0,90	0,10	9,50	45,00
Итого за прием пищи:			400	15,20	6,90	70,80	447,00
Всего за день:				74,27	54,49	293,16	2 103,00

Зав.производством:

Калькулятор: