

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н.



Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №2"



/Богомолова И.В./

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2"
(СТОИМОСТЬ 137,00)

" 20 " 09 2024 г.

День: пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | 200 | 12,8 | 15,2 | 29,8 | 312 | 262 | 24,64 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | 0 | 9 | 35 | 685 | 1,72 |
| БАТОН | 50 | 4,2 | 2,2 | 29,8 | 156 | тк | 4,50 |
| ЯБЛОКО | 130 | 0,7 | 0,7 | 16,7 | 75 | тк | 15,00 |
| Итого за прием пищи: | 580 | 17,8 | 18,1 | 85,3 | 578 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 100 | 1,1 | 0,3 | 4,2 | 22 | 54-3з | 26,08 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 4,4 | 6,7 | 33,6 | 216 | 135 | 15,20 |
| КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ | 100 | 13,4 | 13,7 | 10,8 | 220 | 451 | 39,70 |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ | 180 | 6,5 | 6,5 | 38,4 | 236 | 216 | 16,87 |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0,1 | 0,1 | 22,5 | 90 | 701 | 6,69 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,5 | 0,3 | 7,5 | 40 | тк | 2,40 |
| Итого за прием пищи: | 830 | 27 | 27,6 | 117 | 824 | | |
| Всего за день: | | 44,8 | 45,7 | 202,3 | 1402 | | |

День: пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | 13,4 | 7,5 | 33,8 | 260 | 302 | 18,34 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | 0 | 9 | 35 | 685 | 1,72 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35 | 3,7 | 10,3 | 15,8 | 173 | 1 | 11,50 |
| ЯБЛОКО | 130 | 0,7 | 0,7 | 16,7 | 75 | тк | 15,00 |
| Итого за прием пищи: | 565 | 17,9 | 18,5 | 75 | 543 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 100 | 1,1 | 0,3 | 4,2 | 22 | 54-3з | 26,08 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 4,4 | 6,5 | 33,6 | 210 | 135 | 15,20 |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 100 | 15,9 | 12,4 | 13,9 | 235 | 388 | 42,37 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 4,4 | 7,9 | 33,3 | 226 | 520 | 16,47 |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0 | 0,1 | 22,5 | 90 | 701 | 6,69 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 2 | 0,3 | 7,5 | 40 | тк | 2,40 |
| Итого за прием пищи: | 830 | 27,4 | 27,5 | 115 | 823 | | |
| Всего за день: | | 45,3 | 46 | 190,3 | 1366 | | |

Зав. производством Семенова В.В. *Семен*