

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

*Смирнов А.Н.*  
Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор

МОБУ "Сяьстройская СОШ №2"



/Богомолова И.В./

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МОБУ "СЯЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2"**  
(СТОИМОСТЬ 151,80 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 14,80 РУБ.)

" 18 " 12 2024 г.

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|-----------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |           |
| <b>Завтрак</b>                            |              |                  |             |              |                               |             |           |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150          | 16,2             | 16,5        | 43,9         | 395                           | 54-1т       | 42,38     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                             | 200          | 0,1              | 0           | 9            | 35                            | 685         | 1,72      |
| ЯБЛОКО                                    | 150          | 0,8              | 0,8         | 19,2         | 87                            | тк          | 15,00     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>               | <b>500</b>   | <b>17,1</b>      | <b>17,3</b> | <b>72,1</b>  | <b>517</b>                    |             |           |
| <b>Завтрак II</b>                         |              |                  |             |              |                               |             |           |
| МОЛОКО                                    | 200          | 6                | 5           | 9,4          | 109                           | тк          | 14,80     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>               | <b>200</b>   | <b>6</b>         | <b>5</b>    | <b>9,4</b>   | <b>109</b>                    |             |           |
| <b>Обед</b>                               |              |                  |             |              |                               |             |           |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                 | 60           | 1                | 3           | 6,6          | 53                            | 45          | 9,56      |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ      | 200          | 4,3              | 4,5         | 26,3         | 165                           | 132         | 11,22     |
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ  | 110          | 11,8             | 10,7        | 13,6         | 200                           | 394         | 33,71     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ      | 150          | 3,4              | 6,2         | 28,5         | 186                           | 520         | 13,67     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ                   | 205          | 0,1              | 0           | 9,3          | 37                            | 686         | 2,84      |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 20           | 1,5              | 0,3         | 7,5          | 40                            | тк          | 2,40      |
| БАТОН                                     | 25           | 2,1              | 1,1         | 14,9         | 78                            | тк          | 4,50      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>               | <b>770</b>   | <b>24,2</b>      | <b>25,8</b> | <b>106,7</b> | <b>759</b>                    |             |           |
| <b>Всего за день:</b>                     |              | <b>47,3</b>      | <b>48,1</b> | <b>188,2</b> | <b>1385</b>                   |             |           |

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

| Прием пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|-----------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |           |
| <b>Завтрак</b>                                  |              |                  |             |              |                               |             |           |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150          | 10,7             | 13,8        | 27,8         | 285                           | 302         | 13,19     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 200          | 0,1              | 0           | 9            | 35                            | 685         | 1,72      |
| БАТОН   | 25           | 2,1              | 1,1         | 14,9         | 78                            | тк          | 4,50      |
| БАНАН   | 150          | 2,5              | 0,9         | 30           | 140                           | тк          | 35,00     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                     | <b>525</b>   | <b>15,4</b>      | <b>15,8</b> | <b>81,7</b>  | <b>538</b>                    |             |           |
| <b>Завтрак II</b>                               |              |                  |             |              |                               |             |           |
| МОЛОКО  | 200          | 6                | 5           | 9,4          | 109                           | тк          | 14,80     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                     | <b>200</b>   | <b>6</b>         | <b>5</b>    | <b>9,4</b>   | <b>109</b>                    |             |           |
| <b>Обед</b>                                     |              |                  |             |              |                               |             |           |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                       | 60           | 1                | 3           | 6,6          | 53                            | 45          | 9,56      |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ            | 200          | 4,3              | 4,5         | 26           | 165                           | 132         | 11,22     |
| КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ                                | 100          | 13,5             | 11,5        | 10,5         | 203                           | 450         | 38,50     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ           | 150          | 2,9              | 4,3         | 28           | 162                           | 203         | 12,91     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                         | 200          | 0,2              | 0,1         | 25           | 102                           | 631         | 8,00      |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 20           | 1,5              | 0,3         | 7,5          | 40                            | тк          | 2,40      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                     | <b>730</b>   | <b>23,4</b>      | <b>23,7</b> | <b>103,5</b> | <b>725</b>                    |             |           |
| <b>Всего за день:</b>                           |              | <b>44,8</b>      | <b>44,5</b> | <b>194,6</b> | <b>1372</b>                   |             |           |

Зав. производством

*В.И.*