

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

А.С. Смирнов
Смирнов А.Н.



Согласовано:

МОБУ "Сясьстройская СОШ №2" Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №2"



/Богомолова И.В./

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

" 14 " 01 2025г.

День: вторник

Неделя: вторая

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 | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 10,9 | 6,8 | 28,7 | 223 | 302 | 14,80 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ | 205 | 0,1 | 0 | 9,3 | 37 | 686 | 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: | 520 | 15,4 | 17,8 | 70,5 | 508 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| МОЛОКО | 200 | 6 | 5 | 9,4 | 109 | тк | 14,80 |
| Итого за прием пищи: | 200 | 6 | 5 | 9,4 | 109 | | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 60 | 1,0 | 3 | 6,6 | 53 | 45 | 9,56 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 4,3 | 4,5 | 26,3 | 165 | 132 | 11,22 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 100 | 13,9 | 12 | 14,2 | 220 | 374 | 51,77 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 3,4 | 4,8 | 26,3 | 164 | 520 | 13,67 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,2 | 0,1 | 22 | 90 | 639 | 5,36 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,5 | 0,3 | 7,5 | 40 | тк | 2,40 |
| Итого за прием пищи: | 710 | 24,3 | 24,7 | 102,9 | 732 | | |
| Всего за день: | | 45,7 | 47,5 | 182,8 | 1349 | | |

День: вторник

Неделя: вторая

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 | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | 12,8 | 13 | 11,5 | 218 | 340 | 41,43 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ | 205 | 0,1 | 0 | 9,3 | 37 | 686 | 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: | 535 | 17,8 | 15,9 | 67,3 | 486 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| МОЛОКО | 200 | 6 | 5 | 9,4 | 109 | тк | 14,80 |
| Итого за прием пищи: | 200 | 6 | 5 | 9,4 | 109 | | |
| Обед | | | | | | | |
| 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 |
| ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | 100 | 13,4 | 11,8 | 10,8 | 206 | 439 | 32,90 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 2,9 | 4,3 | 27,6 | 162 | 203 | 12,91 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,2 | 0,1 | 22 | 90 | 639 | 5,36 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,5 | 0,3 | 7,5 | 40 | тк | 2,40 |
| Итого за прием пищи: | 710 | 23,3 | 24 | 100,8 | 716 | | |
| Всего за день: | | 47,1 | 44,9 | 177,5 | 1311 | | |

Зав. производством

А.С. Смирнов