

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 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)

" 11 " Ок 2025 г.

День: 2

Неделя: вторая

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,9	6,8	28,7	223	302	16,14
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	3,12
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,7	10,3	15,8	173	1	12,50
ЯБЛОКО	130	0,7	0,7	16,7	75	тк	18,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>15,4</b>	<b>17,8</b>	<b>70,5</b>	<b>508</b>		
<b>Завтрак II</b>							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	16,00
<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	1,0	3	6,6	53	45	9,70
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	26,3	165	132	12,05
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13,9	12	14,2	220	374	48,84
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,4	4,8	26,3	164	520	19,81
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2	0,1	22	90	639	5,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>24,3</b>	<b>24,7</b>	<b>102,9</b>	<b>732</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>45,7</b>	<b>47,5</b>	<b>182,8</b>	<b>1349</b>		

День: 2

Неделя: вторая

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,8	13	11,5	218	340	45,34
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	3,12
БАТОН	50	4,2	2,2	29,8	156	тк	4,50
ЯБЛОКО	130	0,7	0,7	16,7	75	тк	18,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>535</b>	<b>17,8</b>	<b>15,9</b>	<b>67,3</b>	<b>486</b>		
<b>Завтрак II</b>							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	16,00
<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	1,0	3	6,6	53	45	9,70
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	26,3	165	132	12,05
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	13,4	11,8	10,8	206	439	27,31
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,3	27,6	162	203	20,14
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2	0,1	22	90	639	5,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>23,3</b>	<b>24</b>	<b>100,8</b>	<b>716</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>47,1</b>	<b>44,9</b>	<b>177,5</b>	<b>1311</b>		

Зав. производством Колесник М.И.