

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"



Согласовано
Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №2"

МОБУ
"Сясьстройская
СОШ №2"

Богомолова И.В./

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2"
(СТОИМОСТЬ 148,00)

" 05 " 02 2025 г.

День: 3

Неделя: первая

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 200 | 18,2 | 18,5 | 49,5 | 447 | 54-1т | 54,78 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | 0 | 9 | 35 | 685 | 1,72 |
| ЯБЛОКО | 150 | 0,8 | 0,8 | 19,2 | 87 | тк | 18,00 |
| Итого за прием пищи: | 550 | 19,1 | 19,3 | 77,7 | 569 | | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 100 | 2 | 5 | 10,6 | 95 | 45 | 16,12 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 6,7 | 5,6 | 32,9 | 210 | 132 | 14,68 |
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 110 | 11,8 | 10,7 | 13,6 | 200 | 394 | 42,79 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 3,5 | 5,2 | 33,2 | 195 | 520 | 23,59 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ | 205 | 0,1 | 0 | 9,3 | 37 | 686 | 3,12 |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 890 | 27,6 | 27,9 | 122 | 855 | | |
| Всего за день: | | 46,7 | 47,2 | 199,7 | 1424 | | |

День: 3

Неделя: первая

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 14,2 | 16,8 | 35,8 | 350 | 302 | 18,63 |
| 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 | 32,00 |
| Итого за прием пищи: | 575 | 18,9 | 18,8 | 89,7 | 603 | | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ* | 100 | 2 | 5 | 10,6 | 95 | 45 | 16,12 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 6,7 | 5,6 | 33 | 210 | 132 | 14,68 |
| КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ | 100 | 13,5 | 11,5 | 10,5 | 203 | 450 | 43,51 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 4,2 | 5,8 | 31 | 196 | 203 | 24,06 |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 850 | 28 | 28,3 | 117,7 | 846 | | |
| Всего за день: | | 46,9 | 47,1 | 207,4 | 1449 | | |

Зав. производством Колесник М.И.