

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2"**  
 (СТОИМОСТЬ 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)



Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №2"

/Богомолова И.В./

" 21 " 05 2025 г.

День: 3

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 |                               |             |           |
| Завтрак                                   |              |                  |         |             |                               |             |           |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150          | 16,2             | 16,5    | 43,9        | 395                           | 54-1т       | 41,20     |
| 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:                      | 500          | 17,1             | 17,3    | 72,1        | 517                           |             |           |
| Завтрак II                                |              |                  |         |             |                               |             |           |
| МОЛОКО                                    | 200          | 6                | 5       | 9,4         | 109                           | тк          | 16,00     |
| Итого за прием пищи:                      | 200          | 6                | 5       | 9,4         | 109                           |             |           |
| Обед                                      |              |                  |         |             |                               |             |           |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                 | 60           | 1                | 3       | 6,6         | 53                            | 45          | 9,70      |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ      | 200          | 4,3              | 4,5     | 26,3        | 165                           | 132         | 12,05     |
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ  | 110          | 11,8             | 10,7    | 13,6        | 200                           | 394         | 35,50     |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ      | 150          | 3,4              | 6,2     | 28,5        | 186                           | 520         | 19,81     |
| 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:                      | 770          | 24,2             | 25,8    | 106,7       | 759                           |             |           |
| Всего за день:                            |              | 47,3             | 48,1    | 188,2       | 1385                          |             |           |

День: 3

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 |                               |             |           |
| Завтрак                                         |              |                  |         |             |                               |             |           |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150          | 10,7             | 13,8    | 27,8        | 285                           | 302         | 13,98     |
| 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:                            | 525          | 15,4             | 15,8    | 81,7        | 538                           |             |           |
| Завтрак II                                      |              |                  |         |             |                               |             |           |
| МОЛОКО                                          | 200          | 6                | 5       | 9,4         | 109                           | тк          | 16,00     |
| Итого за прием пищи:                            | 200          | 6                | 5       | 9,4         | 109                           |             |           |
| Обед                                            |              |                  |         |             |                               |             |           |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                       | 60           | 1                | 3       | 6,6         | 53                            | 45          | 9,70      |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ            | 200          | 4,3              | 4,5     | 26          | 165                           | 132         | 12,05     |
| КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ                                | 100          | 13,5             | 11,5    | 10,5        | 203                           | 450         | 43,51     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ           | 150          | 2,9              | 4,3     | 28          | 162                           | 203         | 20,14     |
| 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:                            | 730          | 23,4             | 23,7    | 103,5       | 725                           |             |           |
| Всего за день:                                  |              | 44,8             | 44,5    | 194,6       | 1372                          |             |           |

Зав. производством Колесник М.И.