

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.И.

Согласовано:

Директор

Алексей Семенов

Богачева

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2"
 (СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 1

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7-11 лет										
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Завтрак										
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	10,2	9,2	38,5	281	311	2004	28,32		
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	5,6	7,8	18,5	170	3	2004	22,90		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ	180	4,1	3,9	20,8	136	876	2024	18,90		
КИВИ СВЕЖЕЕ*	100	0,3	0,3	12,9	56	TK		49,94		
Итого за прием пищи:	520	20,2	21,2	90,7	643					
Обед										
АССОРТИ ОВОЩНОЕ "ВИТАМИНКА" (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, РЕДИС)	60	1,9	0,4	6,9	36	222	2024	23,25		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ, С КУРИЦЕЙ	200	4,8	5,2	28,5	178	290	2004	20,29		
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ КУРИНЫЕ	100	14,8	13,5	10,5	228	695	2024	42,53		
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,7	9,3	22,8	186	54-24г	2022	36,67		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД	200	0,2	0,1	20,5	82	638	2004	14,00		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	TK		6,00		
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	TK		7,20		
Итого за прием пищи:	800	30	30,3	129,4	908					
Полдник										
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00		
ПЕЧЕНЬЕ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11		
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74		
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335					
Всего за день:		58,7	60,3	275	1886					

Возрастная категория: 12 лет и старше

Возрастная категория: 12 лет и старше								
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	12,8	11,5	48,5	358	311	2004	35,25
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	5,6	7,8	18,5	170	3	2004	22,90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ	180	4,1	3,9	20,8	136	876	2024	18,90
КИВИ СВЕЖЕЕ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		49,94
Итого за прием пищи:	570	22,8	23,5	100,7	720			
Обед								
АССОРТИ ОВОЩНОЕ "ВИТАМИНКА" (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, РЕДИС)	100	3,2	0,7	11,5	60	222	2024	33,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ, С КУРИЦЕЙ	250	6,8	7,2	37,6	244	290	2004	24,31
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ КУРИНЫЕ	100	14,8	13,5	10,5	228	695	2024	42,53
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,9	11,9	27,4	236	54-24г	2022	43,85
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД	200	0,2	0,1	20,5	82	638	2004	14,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	920	34,5	35,2	147,7	1048			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПЕЧЕНЬЕ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335			
Всего за день:		65,8	67,5	303,6	2103			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством

/Колесник М.И./