

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./



Согласовано:



/Директор /

/Домашкова/

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

День: 2

Неделя: 1

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                                                    |              |                  |         |             |                         |             |                  |           |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ                   | 150          | 18,8             | 20,2    | 51,5        | 472                     | 501         | 2024             | 59,36     |
| БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ                                            | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52                      | ТК          |                  | 3,60      |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ                                    | 205          | 0,1              | 0       | 15          | 60                      | 686         | 2004             | 3,40      |
| ГРУША СВЕЖАЯ*                                              | 180          | 0,5              | 0,5     | 24,6        | 107                     | ТК          |                  | 58,94     |
| Итого за прием пищи:                                       | 555          | 20,9             | 21,3    | 101,4       | 691                     |             |                  |           |
| Обед                                                       |              |                  |         |             |                         |             |                  |           |
| КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ                        | 60           | 0,5              | 3,6     | 4,1         | 49                      | 732         | 2024             | 16,56     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 200          | 3,9              | 5,6     | 17,5        | 132                     | 110         | 2024             | 15,27     |
| ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ                                        | 100          | 12,3             | 13,5    | 9,6         | 206                     | 588         | 2024             | 71,25     |
| ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                | 150          | 8,4              | 6,5     | 38,2        | 248                     | 297         | 2004             | 15,72     |
| КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                     | 200          | 0,1              | 0,1     | 20,6        | 80                      | 895         | 2024             | 12,70     |
| 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:                                       | 800          | 30,8             | 31,1    | 130,2       | 913                     |             |                  |           |
| Полдник                                                    |              |                  |         |             |                         |             |                  |           |
| НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)                            | 100          | 3,6              | 1,5     | 10,2        | 68                      | ПРОМ        |                  | 35,00     |
| ПРЯНИК*                                                    | 50           | 4,9              | 6,6     | 21,6        | 168                     | 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              | 8,2     | 54,8        | 328                     |             |                  |           |
| Всего за день:                                             |              | 60,2             | 60,6    | 286,4       | 1932                    |             |                  |           |

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                                                    |              |                  |         |             |                         |             |                  |           |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ                   | 200          | 22,5             | 23,2    | 56,5        | 535                     | 501         | 2024             | 70,16     |
| БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ                                            | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52                      | ТК          |                  | 3,60      |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ                                    | 205          | 0,1              | 0       | 15          | 60                      | 686         | 2004             | 3,40      |
| ГРУША СВЕЖАЯ*                                              | 180          | 0,5              | 0,5     | 24,6        | 107                     | ТК          |                  | 58,94     |
| Итого за прием пищи:                                       | 605          | 24,6             | 24,3    | 106,4       | 754                     |             |                  |           |
| Обед                                                       |              |                  |         |             |                         |             |                  |           |
| КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ                        | 100          | 0,9              | 6,5     | 6,9         | 90                      | 732         | 2024             | 25,60     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 250          | 5,5              | 7       | 22,8        | 178                     | 110         | 2024             | 19,00     |
| ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ                                        | 100          | 12,3             | 13,5    | 9,6         | 206                     | 588         | 2024             | 71,25     |
| ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                | 180          | 10,3             | 7,8     | 47,8        | 305                     | 297         | 2004             | 18,80     |
| КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                     | 200          | 0,1              | 0,1     | 20,6        | 80                      | 895         | 2024             | 12,70     |
| 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          | 34,7             | 36,7    | 147,9       | 1057                    |             |                  |           |
| Полдник                                                    |              |                  |         |             |                         |             |                  |           |
| НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)                            | 100          | 3,6              | 1,5     | 10,2        | 68                      | ПРОМ        |                  | 35,00     |
| ПРЯНИК*                                                    | 50           | 4,9              | 6,6     | 21,6        | 168                     | 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              | 8,2     | 54,8        | 328                     |             |                  |           |
| Всего за день:                                             |              | 67,8             | 69,2    | 309,1       | 2139                    |             |                  |           |

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

Зав. производством

/Колесник М.И./