

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"



Смирнов А.Н./

Согласовано:



Богачева

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ 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 рецептов	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 рецептов	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	TK		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	TK		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	TK		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	TK		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./