

Утверждено:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"



Согласовано:

М.В. Сидорова

Володарова

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

День: 5

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								
ОЛАДЬИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	11,4	14,8	58,5	420	987	2024	31,80
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	2004	3,40
ТВОРОГ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	7,4	4,5	9,5	107	ПРОМ		50,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		39,58
Итого за прием пищи:	555	19,2	19,6	95,9	643			
Обед								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ /ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ В НАРЕЗКЕ	60	1	0,2	3	17	54-23з/54-4з	2022	21,75
СУП ОВОЩНОЙ С КУРИЦЕЙ	200	4,8	6,5	20,5	158	324	2024	25,83
ФРИКАССЕ ИЗ КУРИЦЫ	100	15,5	16,5	10,4	252	692	2024	54,69
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,5	4,9	36,8	210	511	2004	15,75
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:	800	30,6	30	131,4	917			
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:		58,3	58,4	282,5	1895			

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								
ОЛАДЫ С МОЛКОМ СГУЩЕННЫМ	200	14,3	16,3	72,5	505	987	2024	36,11
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	2004	3,40
ТВОРОГ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	7,4	4,5	9,5	107	ПРОМ		50,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		39,58
Итого за прием пищи:	605	22,1	21,1	109,9	728			
Обед								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ /ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ В НАРЕЗКЕ	100	1,2	0,4	3,8	24	54-23з/54-4з	2022	38,25
СУП ОВОЩНОЙ С КУРИЦЕЙ	250	6,5	9,2	26,6	220	324	2024	27,03
ФРИКАССЕ ИЗ КУРИЦЫ	100	15,5	16,5	10,4	252	692	2024	54,69
РИС ОТВАРНОЙ	180	4,4	6,2	45	266	511	2004	18,50
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	33,4	34,2	146,5	1042			
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:		64	64,1	311,6	2105			

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

Зав. производством

М.И. Колесник
/Колесник М.И./