

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"



Согласовано:
Директор
Филиппов
"24" 06 2025 г.

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

День: 2
Неделя: 2
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 ИЗ СМЕСИ КРУП "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	9,3	8,8	37,5	270	311	2004	27,27
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
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*	150	0,4	0,4	13,5	57	ТК		44,03
Итого за прием пищи:	570	19,4	20,9	90,3	633			
Обед								
АССОРТИ ОВОЩНОЕ "ВИТАМИНКА" (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, РЕДИС)	60	1,9	0,4	6,9	36	222	2024	23,25
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	4,8	5,4	26,8	174	54-18с	2022	18,42
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ СВИНОЙ	100	14,6	13,5	12,3	232	451	2011	47,00
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,7	9,3	22,8	186	54-24г	2022	36,67
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,1	0,1	23	92	949	2004	18,36
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	29,7	30,5	132	918			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ВАФЛЯ*	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:		57,6	60,2	277,5	1886			

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 ИЗ СМЕСИ КРУП "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	11,6	10,8	46,8	337	311	2004	33,95
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
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*	150	0,4	0,4	13,5	57	ТК		44,03
Итого за прием пищи:	620	21,7	22,9	100	700			
Обед								
АССОРТИ ОВОЩНОЕ "ВИТАМИНКА" (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, РЕДИС)	100	3,2	0,7	11,5	60	222	2024	33,50
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	6,6	6,8	34,6	232	54-18с	2022	22,58
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ СВИНОЙ	100	14,6	13,5	12,3	232	451	2011	47,00
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,9	11,9	27,4	236	54-24г	2022	43,85
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,1	0,1	23	92	949	2004	18,36
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	34,8	149	1050			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ВАФЛЯ*	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	335			
Всего за день:		64,2	66,5	303,8	2085			

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