

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

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

Зав. производством

/Колесник М.И./