

ИП Карачурина В.А.

Директор МОБУ «Сясьстроянская СОШ №2»

Согласовано

Богомолова И.В.



МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных образовательных бюджетных учреждениях Волховского района

Возрастная категория 7 - 11 лет

« 15 » марта 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
ЗАВТРАК – 40,00 руб.					
Каша тишенная молочная	150	5,85	7,95	31,65	228,68
Бутерброд с сыром	20\15	5,26	3,32	13,80	109,00
Какао с молоком	180	3,67	3,19	20,80	129,88
Яблоко свежее	120	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за завтрак:		15,38	15,06	80,95	538,06
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,24	5,73	67,60
Суп картофельный с горохом, с курой	200\15	4,40	5,22	19,20	140,64
Гуляш мясной	50\50	14,60	16,13	7,67	251,31
Макаронные изделия отварные	150	5,36	4,38	37,02	210,72
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,65	0,29	9,42	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Итого за обед:		29,27	30,42	104,88	824,76

Зав. производством Семенова В.В.

Семенова

ИП Карачурина В.А.

Согласовано
Директор МОБУ «Сясьстройская СОШ №2»
Богомолова И.В.



МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных образовательных бюджетных учреждениях Волховского района

Возрастная категория 12 лет и старше

«15» марта 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
ЗАВТРАК – 40,00 руб.					
Каши пшеничная молочная	200	7,84	10,65	42,41	306,43
Бутерброд с сыром	20\15	5,26	3,32	13,80	109,00
Какао с молоком	180	3,67	3,19	20,80	129,88
Яблоко свежее	100	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за завтрак:		17,37	17,76	91,71	615,81
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	1,30	0,17	17,47	75,65
Суп картофельный с горохом	250	5,50	6,53	24,00	175,80
Гуляши мясной	50/50	14,60	16,13	7,67	251,31
Макаронные изделия отварные	180	6,43	5,26	44,42	252,87
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,65	0,29	9,42	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Итого за обед:		31,10	28,54	128,82	910,12

Зав. производством Семенова В.В. Семенова