

ИП Карачурина В.А.

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



# МЕНЮ

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

Возрастная категория 7 - 11 лет

«29» 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
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Каша пшеничная молочная	150	5,27	5,93	25,90	173,00
Бутерброд с маслом сливочным	20\10	2,40	8,60	14,60	146,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Йогурт «Растишка» 3% в стаканчике	110	3,30	3,50	4,00	65,00
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>11,07</b>	<b>18,03</b>	<b>59,50</b>	<b>436,50</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Огурец соленый в нарезке	60	0,48	0,60	1,02	12,00
Рассольник Ленинградский с курой	200/15	1,66	3,98	18,90	121,31
Котлета рыбная рубленая	90	11,40	5,66	9,00	146,70
Картофель тушеный	150	4,09	10,26	24,60	213,05
Напиток лимонный с витамином «С»	180	0,10	0,04	18,90	73,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,65	0,29	9,42	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	47,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>20,90</b>	<b>20,99</b>	<b>92,68</b>	<b>662,89</b>

Зав. производством Семенова В.В.

Семен

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 с 12 лет и старше

« 29 » 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
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Каша пшеничная молочная	200	6,32	7,12	31,08	207,60
Бутерброд с маслом сливочным	20\10	2,40	8,60	14,60	146,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Йогурт «Растушка» 3% в стаканчике	110	3,30	3,50	4,00	65,00
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>12,12</b>	<b>19,22</b>	<b>64,68</b>	<b>471,10</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Огурец соленый в нарезке	60	0,48	0,60	1,02	12,00
Рассольник Ленинградский	250	2,00	4,78	22,68	145,57
Котлета рыбная рубленая	100	12,54	6,23	9,90	161,37
Картофель тушеный	180	4,91	12,31	29,52	255,66
Напиток лимонный с витамином «С»	180	0,10	0,04	18,90	73,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,65	0,29	9,42	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	47,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>23,20</b>	<b>24,41</b>	<b>102,28</b>	<b>744,43</b>

Зав. производством Семенова В.В.