

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 7 - 11 лет

« 30 » 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.					
Омлет натуральный	150	13,40	20,70	3,58	253,00
Зеленый горошек консервированный отварной	30	0,60	0,20	1,66	11,82
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Кондитерское изделие (пряник)	20	3,75	3,50	39,75	209,00
Итого за завтрак:		19,37	24,56	70,83	578,48
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат картофельный с морковью и кукурузой	60	1,64	4,24	5,73	67,60
Суп из овощей с курой	200/15	1,84	5,34	16,54	125,02
Плов из птицы	200	20,40	18,80	38,60	448,60
Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	0,50	0,10	31,20	131,00
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
Итого за обед:		27,55	28,93	112,33	869,05

Зав. производством Семенова В.В.

Семенов

ИП Карачурина В.А.

Директор МОБУ «Сельстройская СОШ №2»

Согласовано

Богомолова И.В.



МЕНЮ

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

Возрастная категория 12 лет и старше

« 30 » 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.					
Омлет натуральный	200	17,82	27,53	4,76	336,50
Зеленый горошек консервированный отварной	30	0,60	0,20	1,66	11,82
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Кондитерское изделие (пряник)	20	3,75	3,50	39,75	209,00
Итого за завтрак:		23,79	31,39	72,01	661,98
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат картофельный с морковью и кукурузой	100	2,72	7,04	9,51	112,22
Суп из овощей	250	2,30	6,68	20,68	156,28
Плов из птицы	200	20,40	18,80	38,60	448,60
Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	200	0,50	0,10	31,20	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,65	0,29	9,42	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	47,00
Итого за обед:		29,09	33,07	120,25	944,93

Зав. производством Семенова В.В.

Семенова