

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

« 19 » мая 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
Масло сливочное	10	0,10	8,20	0,10	74,80
Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,28	0,24	16,26	78,24
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>552</b>	<b>12,10</b>	<b>19,06</b>	<b>66,44</b>	<b>478,14</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Огурец соленый в нарезке	60	0,48	0,60	1,02	12,00
Рассольник Ленинградский со сметаной	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>815</b>	<b>23,20</b>	<b>24,41</b>	<b>102,28</b>	<b>744,43</b>

Зав. производством Семенова В.В.

Семенова

ИП Карачурина В.А.



Директор МОБУ «Сяэстройская СОШ №2»



Согласовано

Богомолова И.В.



# МЕНЮ

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

Возрастная категория 7 - 11 лет

« 19 » мая 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
Масло сливочное	10	0,10	8,20	0,10	74,80
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
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>540</b>	<b>11,34</b>	<b>18,98</b>	<b>61,02</b>	<b>452,06</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	0,48	0,60	1,02	12,00
Рассольник Ленинградский со сметаной	200	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>725</b>	<b>20,90</b>	<b>20,99</b>	<b>92,68</b>	<b>662,89</b>

Зав. производством Семенова В.В.

*Семенова В.В.*