

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №2"

/Богомолова И.В./



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2"**

(СТОИМОСТЬ 139,80 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 14,80 РУБ.)

" 05 " 09 2023 г.

День: вторник

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150 | 18,0 | 16,8 | 35,8 | 367 | 54-1т | 36,91 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | 0 | 10 | 43 | 685 | 1,44 |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 150 | 0,6 | 0,6 | 25 | 108 | тк | 15,00 |
| Итого за прием пищи: | 500 | 18,7 | 17,4 | 70,8 | 518 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| МОЛОКО | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 119 | тк | 14,80 |
| Итого за прием пищи: | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 119 | | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 60 | 1 | 3 | 6,6 | 53 | 45 | 9,50 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ | 200 | 3,5 | 3,4 | 25,4 | 146 | 112 | 8,93 |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 200 | 16,1 | 16,7 | 40,5 | 378 | 436 | 41,27 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,2 | 0,1 | 22 | 91 | 639 | 6,95 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1,7 | 21 | 115 | тк | 5,00 |
| Итого за прием пищи: | 710 | 24,8 | 24,9 | 115,5 | 783 | | |
| Всего за день: | | 49,5 | 48,7 | 195,7 | 1420 | | |

День: вторник

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | 11,9 | 8,8 | 34,7 | 268 | 302 | 18,78 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 30 | 4,8 | 8,5 | 10,4 | 134 | 1 | 10,50 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | 0 | 10 | 43 | 685 | 1,44 |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,4 | 0,4 | 20 | 85 | тк | 18,36 |
| Итого за прием пищи: | 530 | 17,2 | 17,7 | 75,1 | 530 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| МОЛОКО | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 119 | тк | 14,80 |
| Итого за прием пищи: | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 119 | | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 60 | 1 | 3 | 6,6 | 53 | 45 | 9,50 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ | 200 | 3,5 | 3,4 | 25,4 | 146 | 112 | 8,93 |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ | 100 | 12,5 | 6,2 | 9,3 | 140 | 390 | 27,00 |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ | 150 | 4,5 | 9,3 | 32,5 | 256 | 216 | 18,54 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,2 | 0,1 | 22 | 91 | 639 | 6,95 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1,7 | 21 | 115 | тк | 5,00 |
| Итого за прием пищи: | 760 | 25,7 | 23,7 | 116,8 | 801 | | |
| Всего за день: | | 48,9 | 47,8 | 201 | 1450 | | |

Зав. производством Семенова В.В.

Семенов