

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

*А.Смирнов*  
Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №2"



*И.В. Богомолова*  
/Богомолова И.В./

**МЕНЮ ПРИГотовляемых БлюД**  
**МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2"**

(СТОИМОСТЬ 125,00)

" 04 " 09 2023 г.

День: четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	15,8	17,4	34,1	356	54-3г	27,32
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,7	12,7	65	тк	3,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	43	685	1,44
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	25	108	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>18,4</b>	<b>18,7</b>	<b>81,8</b>	<b>572</b>		
<b>Обед</b>							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	3,3	20	54-2з	21,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	250	5,6	7	33,5	214	139	10,17
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13,9	13,3	9,3	208	54-7р	28,81
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,7	7,7	30,4	210	520	19,82
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,1	0,1	26	108	638	6,91
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>28,1</b>	<b>30</b>	<b>123,5</b>	<b>875</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>46,5</b>	<b>48,7</b>	<b>205,3</b>	<b>1447</b>		

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	10,1	10,9	43,5	309	311	23,5
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,3	6,8	13,8	142	3	14,20
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	43	685	1,44
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	25	108	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>635</b>	<b>18,1</b>	<b>18,3</b>	<b>92,3</b>	<b>602</b>		
<b>Обед</b>							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	3,3	20	54-2з	21,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	250	6,1	9	33,5	234	139	10,14
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,5	18,6	38,5	390	54-22м	42,41
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,1	0,1	26	108	638	6,91
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>28</b>	<b>29,6</b>	<b>122,3</b>	<b>867</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>45,6</b>	<b>47,9</b>	<b>214,6</b>	<b>1469</b>		

Зав. производством Семенова В.В. *Семен*