

Утверждаю:
 Директор
 ООО "Торговый Дом Марс"

А.С. /Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №2"

И.В. /Богомолова И.В./



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

(СТОИМОСТЬ 125,00)

" 11 " 10 2023 г.

День: понедельник

Неделя: вторая

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	8	9,8	38	260	311	20,72
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,3	6,8	13,8	142	3	14,20
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,8	3,6	13	100	692	11,52
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,4	0,4	20	85	тк	15,29
Итого за прием пищи:	565	19,5	20,6	84,8	587		
Обед							
МОРКОВЬ С САХАРОМ	100	1,2	0,2	14,8	68	11	8,86
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	250	3,8	5,5	22	132	124	12,04
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ	100	12,1	13,7	13,8	230	451	35,25
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	7,6	38,4	243	332	10,68
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
Итого за прием пищи:	880	27,7	28,7	120	828		
Всего за день:		47,2	49,3	204,8	1415		

День: понедельник

Неделя: вторая

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	19,4	19,7	28,9	371	340	46,26
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,2	0,7	12,7	65	тк	3,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	10	40	686	2,56
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	25	108	тк	15,00
Итого за прием пищи:	575	20,3	21	76,6	584		
Обед							
МОРКОВЬ С САХАРОМ	100	1,2	0,2	14,8	68	11	8,86
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	250	3,8	5,5	22	132	124	12,04
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	8,6	13,7	14	210	439	36,10
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,1	6,6	44,2	281	297	12,07
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	43	685	1,44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
Итого за прием пищи:	880	27,8	27,7	126	849		
Всего за день:		48,1	48,7	202,6	1433		

Зав. производством Семенова В.В. *Сев*