

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

*А.С. 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)

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

"20" 09

2023 г.

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>							
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	10,2	11,2	43,5	320	297	21,62
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30	4,8	8,5	10,4	134	1	10,50
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	2,6	15	110	686	14,80
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,4	0,4	20	85	тк	18,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>19,3</b>	<b>22,7</b>	<b>88,9</b>	<b>649</b>		
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	2	7	13,8	125	54-13р	9,35
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	250	3,5	5,3	24	154	110	12,28
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	130	10,5	9,8	10,5	170	461	30,62
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,1	6,6	44,2	281	297	12,07
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	686	2,56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>910</b>	<b>30,2</b>	<b>30,4</b>	<b>123,5</b>	<b>885</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>49,5</b>	<b>53,1</b>	<b>212,4</b>	<b>1534</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>							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	200	22,4	20,3	43,3	452	362	47,46
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>550</b>	<b>23,1</b>	<b>20,9</b>	<b>78,3</b>	<b>603</b>		
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	2	7	13,8	125	54-13р	9,35
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	250	3,5	5,3	24	154	110	12,28
ГУЛЯШ	100	13,5	9,8	10,3	180	437	36,03
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	7,6	38	243	332	10,68
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	686	2,56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>29,6</b>	<b>31,4</b>	<b>117,5</b>	<b>857</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>52,7</b>	<b>52,3</b>	<b>195,8</b>	<b>1460</b>		

Зав. производством Семенова В.В.

*Семенов*