

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

УНП 4702000553

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.)

"21" 09 2023 г.

День: четверг

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|-----------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |           |
| Завтрак                               |              |                  |         |             |                               |             |           |
| 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     |
| Итого за прием пищи:                  | 570          | 18,4             | 18,7    | 81,8        | 572                           |             |           |
| 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                                  |              |                  |         |             |                               |             |           |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                         | 60           | 0,5              | 0,1     | 2           | 12                            | 54-2з       | 12,60     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ | 200          | 4,2              | 5,6     | 26,8        | 168                           | 139         | 8,54      |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ     | 100          | 13,9             | 13,3    | 9,3         | 208                           | 54-7р       | 28,81     |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                     | 150          | 3,1              | 6,2     | 25,3        | 175                           | 520         | 16,38     |
| 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      |
| Итого за прием пищи:                  | 760          | 25,8             | 27      | 110,4       | 786                           |             |           |
| Всего за день:                        |              | 50,2             | 52,1    | 201,6       | 1477                          |             |           |

День: четверг

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|-----------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |           |
| Завтрак                               |              |                  |         |             |                               |             |           |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ          | 200          | 8,5              | 8,4     | 34,8        | 241                           | 311         | 19,16     |
| 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          | 14,74     |
| Итого за прием пищи:                  | 585          | 16,5             | 15,8    | 83,6        | 534                           |             |           |
| 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                                  |              |                  |         |             |                               |             |           |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                         | 60           | 0,5              | 0,1     | 2           | 12                            | 54-2з       | 12,60     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ | 200          | 4,2              | 5,6     | 26,8        | 168                           | 139         | 8,54      |
| 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      |
| Итого за прием пищи:                  | 710          | 25,3             | 26,1    | 114,3       | 793                           |             |           |
| Всего за день:                        |              | 47,8             | 48,3    | 207,3       | 1446                          |             |           |

Зав. производством Семенова В.В. *Ссс*