

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 125,00)

"21" 09 2023 г.

День: четверг

Неделя: первая

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 | | | | | | | |
| 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 | | |
| Обед | | | | | | | |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 880 | 28,1 | 30 | 123,5 | 875 | | |
| Всего за день: | | 46,5 | 48,7 | 205,3 | 1447 | | |

День: среда

Неделя: первая

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 | | | | | | | |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 635 | 18,1 | 18,3 | 92,3 | 602 | | |
| Обед | | | | | | | |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 800 | 28 | 29,6 | 122,3 | 867 | | |
| Всего за день: | | 45,6 | 47,9 | 214,6 | 1469 | | |

Зав. производством Семенова В.В. 