

Утверждаю:
 Директор
 ООО "Торговый Дом Марс"

А.С. Мирнов



Согласовано:
 Директор
 МОБУ "Сясьстройская СОШ №2"

И.В. Богомолова

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2"
 (СТОИМОСТЬ 139,80 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 14,80 РУБ.)

"09" "10" 2023 г.

День: понедельник
 Неделя: вторая
 Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

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	200	6,3	7,8	29	215	311	16,66
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	16,00
Итого за прием пищи:	515	17,8	18,6	75,8	542		
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							
МОРКОВЬ С САХАРОМ	60	0,7	0,1	8,9	41	11	5,65
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	4,2	17,5	114	124	10,35
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ	100	12,1	13,7	13,8	230	451	35,25
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,8	32	194	332	8,93
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:	760	25,1	25,5	103,2	734		
Всего за день:		48,9	50,5	188,4	1395		

День: понедельник
 Неделя: вторая
 Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,6	14,8	21,8	275	340	34,70
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	16,23
Итого за прием пищи:	525	15,5	16,1	69,5	488		
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							
МОРКОВЬ С САХАРОМ	60	0,7	0,1	8,9	41	11	5,65
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	4,2	17,5	114	124	10,35
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	8,6	13,7	14	210	439	36,10
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	5,5	36,8	234	297	9,97
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:	760	24,6	25,2	108,2	757		
Всего за день:		46,1	47,7	187,1	1364		

Зав. производством Семенова В.В. *Семенов*