

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н. 402000553



Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №2"

/Богомолова И.В./

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

(СТОИМОСТЬ 125,00)

" 09 " 10 2023 г.

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 12 лет и старше

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 | 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

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 | | | |
| 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.