

Утверждаю:  
Директор  
ООО "Торговый Дом Марс"



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.)

" 12 " 10 2023 г.

День: четверг  
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			
<b>Завтрак</b>							
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	14,13
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>18,4</b>	<b>18,7</b>	<b>81,8</b>	<b>572</b>		
<b>Завтрак II</b>							
МОЛОКО	200	6	6,4	9,4	119	тк	14,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>119</b>		
<b>Обед</b>							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	6	5,9	85	71	8,40
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	3,6	18	124	132	15,42
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ В СОУСЕ	130	12,8	8,7	9	160	360	33,08
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,5	4,9	36,8	210	511	10,81
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	22	91	631	6,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>790</b>	<b>26,2</b>	<b>25</b>	<b>112,2</b>	<b>785</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>50,6</b>	<b>50,1</b>	<b>203,4</b>	<b>1476</b>		

День: четверг  
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			
<b>Завтрак</b>							
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,7	8,9	34,8	240	297	17,39
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,3	6,8	13,8	142	3	14,20
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	43	685	1,440
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,4	0,4	20	85	тк	16,75
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>535</b>	<b>15,5</b>	<b>16,1</b>	<b>78,6</b>	<b>510</b>		
<b>Завтрак II</b>							
МОЛОКО	200	6	6,4	9,4	119	тк	14,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>119</b>		
<b>Обед</b>							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	6	5,9	85	71	8,40
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	3,6	18	124	132	15,42
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,8	12,7	38,8	334	386	40,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	22	91	631	6,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>24,7</b>	<b>24,1</b>	<b>105,7</b>	<b>749</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>46,2</b>	<b>46,6</b>	<b>193,7</b>	<b>1378</b>		

Зав. производством Семенова В.В. 