

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)

"29" 11 2023 г.

День: среда

Неделя: вторая

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			
<b>Завтрак II</b>							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	2,56
КЕКС	30	4,2	4,6	20,4	140	тк	20,00
ЯБЛОКО	125	0,5	0,5	18	80	тк	20,71
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>4,8</b>	<b>5,1</b>	<b>53,4</b>	<b>280</b>		
<b>Обед</b>							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1	0,3	5,8	31	54-3з	29,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	250	5,3	7	29,8	205	139	10,17
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	100	14,3	13,3	10,2	220	423	40,75
РИС ОТВАРНОЙ	180	4,5	6,5	44,2	258	511	13,07
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	63	685	1,44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>29,3</b>	<b>28,8</b>	<b>126</b>	<b>892</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>34,1</b>	<b>33,9</b>	<b>179,4</b>	<b>1172</b>		

День: среда

Неделя: вторая

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			
<b>Завтрак II</b>							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	2,56
КЕКС	30	4,2	4,6	20,4	140	тк	20,00
ЯБЛОКО	125	0,5	0,5	18	80	тк	16,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>4,8</b>	<b>5,1</b>	<b>53,4</b>	<b>280</b>		
<b>Обед</b>							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1	0,3	5,8	31	54-3з	29,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	250	5,3	7	29,8	205	139	10,17
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	17,9	18,8	44	420	431	55,47
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	63	685	1,44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>850</b>	<b>28,4</b>	<b>27,8</b>	<b>115,6</b>	<b>834</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>33,2</b>	<b>32,9</b>	<b>169</b>	<b>1114</b>		

Зав. производством

Сев