

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

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)

"04" 12 2023 г.

День: понедельник

Неделя: первая

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 II							
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	63	685	1,44
ВАФЛЯ	40	4,2	4,6	20,4	140	тк	20,00
МАНДАРИН	100	0,4	0,4	15	60	тк	23,50
Итого за прием пищи:	340	4,7	5	50,4	263		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	1	0,2	3	20	54-2з	21,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	250	4,2	7,8	22	176	124	12,04
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	100	13,5	13,2	10,3	215	437	36,03
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	7,6	38,4	243	332	10,68
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	22	91	631	7,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
Итого за прием пищи:	880	29,4	30,6	117	860		
Всего за день:		34,1	35,6	167,4	1123		

День: понедельник

Неделя: первая

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 II							
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	63	685	1,44
ВАФЛЯ	40	4,2	4,6	20,4	140	тк	20,00
МАНДАРИН	100	0,4	0,4	15	60	тк	23,50
Итого за прием пищи:	340	4,7	5,0	50,4	263		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	1	0,2	3,3	20	54-2з	21,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	250	4,2	7,8	22	176	124	12,04
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	130	12,9	11,5	8,5	180	461	34,15
РИС ОТВАРНОЙ	180	4,5	6,5	44,2	258	511	13,07
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	22	91	631	7,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	5,00
Итого за прием пищи:	910	26,8	27,8	121	840		
Всего за день:		31,5	32,8	171,4	1103		

Зав. производством Сеев