

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

А.С.



Смирнов А.Н./

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.)

"21" _____ 2023 г.

День: четверг

Неделя: первая

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 | | | | | | | |
| 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 | 15,00 |
| Итого за прием пищи: | 570 | 18,4 | 18,7 | 81,8 | 572 | | |
| 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 | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 60 | 0,5 | 0,1 | 2 | 12 | 7 | 12,60 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ | 200 | 4,2 | 5,6 | 26,8 | 168 | 139 | 8,54 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 100 | 13,9 | 13,3 | 9,3 | 208 | 54-7р | 28,81 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,1 | 6,2 | 25,3 | 175 | 520 | 16,38 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 200 | 0,1 | 0,1 | 26 | 108 | 638 | 6,91 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1,7 | 21 | 115 | тк | 5,00 |
| Итого за прием пищи: | 760 | 25,8 | 27 | 110,4 | 786 | | |
| Всего за день: | | 50,2 | 52,1 | 201,6 | 1477 | | |

День: четверг

Неделя: первая

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 | | | | | | | |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 8,5 | 8,4 | 34,8 | 241 | 311 | 19,16 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 7,3 | 6,8 | 13,8 | 142 | 3 | 14,20 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | 0 | 10 | 43 | 685 | 1,44 |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 150 | 0,6 | 0,6 | 25 | 108 | тк | 14,74 |
| Итого за прием пищи: | 585 | 16,5 | 15,8 | 83,6 | 534 | | |
| 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 | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 60 | 0,5 | 0,1 | 2 | 12 | 7 | 12,60 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ | 200 | 4,2 | 5,6 | 26,8 | 168 | 139 | 8,54 |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 16,5 | 18,6 | 38,5 | 390 | 54-22м | 42,41 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 200 | 0,1 | 0,1 | 26 | 108 | 638 | 6,91 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1,7 | 21 | 115 | тк | 5,00 |
| Итого за прием пищи: | 710 | 25,3 | 26,1 | 114,3 | 793 | | |
| Всего за день: | | 47,8 | 48,3 | 207,3 | 1446 | | |

Зав. производством Семенова В.В.

Семен