

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

ТОРГОВЫЙ ДОМ  
МАРС

Смирнов А.Н./

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

(СТОИМОСТЬ 139,80 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 14,80 РУБ.)

"26" 12 2023 г.

День: вторник

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>                                      |              |                  |             |              |                               |             |           |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ           | 150          | 18               | 16,8        | 35,8         | 367                           | 54-1т       | 36,91     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 200          | 0,1              | 0           | 10           | 43                            | 685         | 1,44      |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                                       | 150          | 0,6              | 0,6         | 25           | 108                           | тк          | 15,61     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                         | <b>500</b>   | <b>18,7</b>      | <b>17,4</b> | <b>70,8</b>  | <b>518</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>   |              |                  |             |              |                               |             |           |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ                          | 60           | 1                | 3           | 6,6          | 53                            | 45          | 9,50      |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ | 200          | 3,5              | 3,4         | 25,4         | 146                           | 112         | 8,93      |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                       | 200          | 16,5             | 18,6        | 38,5         | 390                           | 54-22м      | 42,41     |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                    | 200          | 0,1              | 0           | 20           | 80                            | 699         | 5,20      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50           | 4                | 1,7         | 21           | 115                           | тк          | 5,00      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                         | <b>710</b>   | <b>25,1</b>      | <b>26,7</b> | <b>111,5</b> | <b>784</b>                    |             |           |
| <b>Всего за день:</b>                               |              | <b>49,8</b>      | <b>50,5</b> | <b>191,7</b> | <b>1421</b>                   |             |           |

День: вторник

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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                        | 200          | 9,8              | 7,5         | 34,8         | 240                           | 297         | 16,67     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                        | 30           | 4,8              | 8,5         | 10,4         | 134                           | 1           | 10,50     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 200          | 0,1              | 0           | 10           | 43                            | 685         | 1,44      |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                     | 100          | 0,4              | 0,4         | 20           | 85                            | тк          | 15,43     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                         | <b>530</b>   | <b>15,1</b>      | <b>16,4</b> | <b>75,2</b>  | <b>502</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>   |              |                  |             |              |                               |             |           |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ                          | 60           | 1                | 3           | 6,6          | 53                            | 45          | 9,50      |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ | 200          | 3,5              | 3,4         | 25,4         | 146                           | 112         | 8,93      |
| БИТОЧЕК РУБЛЕННЫЙ ИЗ ПТИЦЫ                          | 100          | 13,8             | 13,3        | 15,8         | 236                           | 498         | 38,59     |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                   | 150          | 3,1              | 6,2         | 25,3         | 175                           | 520         | 16,38     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ                             | 205          | 0,1              | 0           | 10           | 40                            | 686         | 2,56      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50           | 4                | 1,7         | 21           | 115                           | тк          | 5,00      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                         | <b>765</b>   | <b>25,5</b>      | <b>27,6</b> | <b>104,1</b> | <b>765</b>                    |             |           |
| <b>Всего за день:</b>                               |              | <b>46,6</b>      | <b>50,4</b> | <b>188,7</b> | <b>1386</b>                   |             |           |

Зав. производством Семенова В.В.

*Семенов*