

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 137,00)

" 09 " 03 2024 г.

День: понедельник

Неделя: первая

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 | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") | 250 | 8,4 | 9,5 | 39,9 | 282 | 311 | 24,13 |
| БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,9 | 0,7 | 12,7 | 65 | тк | 3,60 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 4,8 | 4 | 0,3 | 57 | 337 | 18,16 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ | 205 | 0,1 | 0 | 10 | 40 | 686 | 2,56 |
| ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ | 40 | 2,8 | 5,2 | 20,4 | 140 | тк | 14,00 |
| Итого за прием пищи: | 555 | 18 | 19,4 | 83,3 | 584 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ИКРА МОРКОВНАЯ | 100 | 1,2 | 0,2 | 14,8 | 68 | 78 | 8,86 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ | 250 | 3,8 | 5,5 | 22 | 132 | 124 | 12,20 |
| БИТОЧЕК РУБЛЕННЫЙ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 13,8 | 13,3 | 15,8 | 236 | 498 | 40,26 |
| 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 | 7,50 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1,7 | 21 | 115 | тк | 6,00 |
| Итого за прием пищи: | 880 | 29,5 | 28,4 | 134 | 885 | | |
| Всего за день: | | 47,5 | 47,8 | 217,3 | 1469 | | |

День: понедельник

Неделя: первая

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 | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 200 | 19,4 | 19,7 | 28,9 | 371 | 340 | 59,15 |
| БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 0,2 | 0,7 | 12,7 | 65 | тк | 3,00 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ | 205 | 0,1 | 0 | 10 | 40 | 686 | 2,56 |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 150 | 0,6 | 0,6 | 25 | 108 | тк | 8,35 |
| Итого за прием пищи: | 575 | 20,3 | 21 | 76,6 | 584 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ИКРА МОРКОВНАЯ | 100 | 1,2 | 0,2 | 14,8 | 68 | 78 | 8,86 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ | 250 | 3,8 | 5,5 | 22 | 130 | 124 | 12,04 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 17,9 | 20,1 | 40,7 | 420 | 304 | 45,74 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 200 | 0,2 | 0,1 | 22 | 91 | 631 | 7,50 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4 | 1,7 | 21 | 115 | тк | 6,00 |
| Итого за прием пищи: | 800 | 27,1 | 27,6 | 120,5 | 824 | | |
| Всего за день: | | 47,4 | 48,6 | 197,1 | 1408 | | |

Зав. производством Семенова В.В.

Семенов