

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор

МКОУ "Лодейнопольская СОШ №68"

/Катковская Г.В./



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МКОУ "ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №68"**  
(СТОИМОСТЬ 137,00 )

" 20 " декабрь 2024 г.

День: понедельник

Неделя: вторая

Категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
<b>Завтрак</b>									
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	9,2	9,8	34,1	262	302	2004	19,76	
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,8	1,4	25,4	130	тк	тк	7,20	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	10	40	686	2004	2,56	
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В СТАКАНЧИКЕ	115	5,8	6,4	17	148	тк	тк	32,50	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>18,9</b>	<b>17,6</b>	<b>86,5</b>	<b>580</b>				
<b>Обед</b>									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	2	7	13,8	125	54-13р	2020	9,35	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5,7	6	36	223	139	2004	8,57	
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,8	13,7	38,8	334	386	2011	43,56	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	22	91	631	2004	7,50	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	тк	6,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>26,7</b>	<b>28,5</b>	<b>131,6</b>	<b>888</b>				
<b>Всего за день:</b>		<b>45,6</b>	<b>46,1</b>	<b>218</b>	<b>1468</b>				

Зав. производством

И.И. Курьяков (И.И. Курьяков В.Д.)

Утверждаю:  
Директор  
ООО "Торговый Дом Марс"



/Смирнов А.Н./

Согласовано:  
Директор  
МКОУ "Лодейнопольская СОШ №68"



/Катковская Г.В./

**МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МКОУ "ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №68"**  
(СТОИМОСТЬ 137,00 )

" 11 " *Июль* 2024 г.

День: вторник  
Неделя: вторая  
Категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
<b>Завтрак</b>									
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	9	10,2	42	298	311	2004	21,92	
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,8	1,4	25,4	130	тк	тк	7,20	
СЫР ПОРЦИОННО	20	5,1	5,2	0	69	97	2004	12,60	
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,8	4	0,3	57	337	2004	16,18	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	43	1	2004	1,44	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>22,6</b>	<b>20,8</b>	<b>77,7</b>	<b>597</b>				
<b>Обед</b>									
ИКРА МОРКОВНАЯ	100	1	0,2	14,8	68	78	2003	8,86	
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	4,5	5,3	24	198	110	2004	10,54	
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ	100	12,1	13,7	13,8	230	451	2011	39,02	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	7,6	38,4	243	332	2004	10,68	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	10	40	686	2004	2,56	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	тк	6,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>885</b>	<b>28,4</b>	<b>28,5</b>	<b>122</b>	<b>894</b>				
<b>Всего за день:</b>		<b>51</b>	<b>49,3</b>	<b>199,7</b>	<b>1491</b>				

Зав. производством

*З. Курманова*

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор

МКОУ "Лодейнопольская СОШ №68"

/Жатковская Г.В./



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МКОУ "ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №68"**  
(СТОИМОСТЬ 137,00)

"13" сентября 2024 г.

День: среда

Неделя: вторая

Категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
<b>Завтрак</b>									
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	12,2	13,5	34,1	310	311	2004	20,67	
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,8	1,4	25,4	130	тк	тк	7,20	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	43	1	2004	1,44	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	125	0,6	0,6	15	108	тк	тк	15,69	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>565</b>	<b>16,7</b>	<b>15,5</b>	<b>84,5</b>	<b>591</b>				
<b>Обед</b>									
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	1	0,2	5,3	40	7	2003	18,90	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	3,8	4,5	22	132	124	2004	10,03	
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13,9	14,5	10,8	208	54-7р	2020	32,05	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	4,8	8,7	33,4	224	520	2004	19,82	
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	20	80	699	2004	5,20	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	тк	6,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>27,4</b>	<b>29,6</b>	<b>112,5</b>	<b>799</b>				
<b>Всего за день:</b>		<b>44,1</b>	<b>45,1</b>	<b>197</b>	<b>1390</b>				

Зав. производством

*Жатковская Г.В.*



Утверждаю:  
Директор  
ООО "Торговый Дом Марс"



/Смирнов А.Н./

Согласовано:  
Директор  
МКОУ "Лодейнопольская СОШ №68"



/Катковская Г.В./

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МКОУ "ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №68"**  
(СТОИМОСТЬ 137,00)

" 14 " апрель 2024 г.

День: четверг

Неделя: вторая

Категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>								
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	12,8	7,8	34,8	240	297	2004	17,39
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,8	1,4	25,4	130	тк	тк	7,20
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	10	40	686	2004	2,56
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В СТАКАНЧИКЕ	115	5,8	6,4	17	148	тк	тк	32,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>22,5</b>	<b>15,6</b>	<b>87,2</b>	<b>558</b>			
<b>Обед</b>								
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	2	9,5	9,3	136	71	2004	13,25
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	2,5	3,2	24	135	132	2004	13,57
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	130	10,5	9,8	10,50	170	461	2004	33,12
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,1	6,6	44,2	281	297	2004	9,97
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	43	1	2004	1,44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	тк	6,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>910</b>	<b>28,9</b>	<b>30,8</b>	<b>119</b>	<b>880</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>51,4</b>	<b>46,4</b>	<b>206,2</b>	<b>1438</b>			

Зав. производством

В.А. Курьяков

Утверждаю:  
Директор  
ООО "Торговый Дом Марс"

*А.С.*



/Смирнов А.Н./

Согласовано:  
Директор  
МКОУ "Лодейнопольская СОШ №68"



/Катковская Г.В./

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МКОУ "ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №68"**  
(СТОИМОСТЬ 137,00 )

"15" *март* 2024 г.

День: пятница  
Неделя: вторая  
Категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	21,8	20,6	52	484	54-1т	2020	39,22
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	43	1	2004	1,44
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	15	108	тк	тк	18,91
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>22,5</b>	<b>21,2</b>	<b>77</b>	<b>635</b>			
<b>Обед</b>								
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,9	5	11	88	45	2004	13,42
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	250	2,9	3,5	26,8	148	138	2004	10,00
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,5	18,6	38,5	390	54-22м	2020	41,06
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,2	0,1	22	91	639	2004	6,95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,7	21	115	тк	тк	6,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>25,5</b>	<b>28,9</b>	<b>119,2</b>	<b>832</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>48</b>	<b>50,1</b>	<b>196,2</b>	<b>1467</b>			

Зав. производством

*И.А. Курасова*