

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н.

Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №1"

Лумнова Б.А.

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1"
(СТОИМОСТЬ 151,80 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 14,80 РУБ.)

День: среда
Неделя: вторая

"3" апреля 2024 г.

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							
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	9,2	8,8	34,1	260	311	19,76
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,7	12,7	65	тк	4,50
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
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	40	2,8	5,2	20,4	140	тк	11,60
Итого за прием пищи:	510	18,8	18,7	77,5	562		
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							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	1	4,5	8,3	78	54-13р	5,60
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	4,2	19	124	110	11,27
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	9,9	10,8	9,5	169	431	39,13
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	5,5	36,8	234	297	9,97
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,2	0,1	21	91	639	6,95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,9	10,5	58	тк	3,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,7	12,7	65	тк	4,50
Итого за прием пищи:	760	26,2	26,7	117,8	819		
Всего за день:		51	51,8	204,7	1500		

День: среда
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			
Завтрак							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150	17,6	15,3	32,6	340	362	42,15
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	10	40	686	2,56
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	25	108	тк	19,10
Итого за прием пищи:	505	18,3	15,9	67,6	488		
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							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	1	4,5	8,3	78	54-13р	5,60
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	4,2	19	124	110	11,27
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	130	10,5	9,8	10,5	170	461	32,94
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,8	32	194	332	8,93
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,2	0,1	21	91	639	6,95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,9	10,5	58	тк	3,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,7	12,7	65	тк	4,50
Итого за прием пищи:	790	23,8	26	114	780		
Всего за день:		48,1	48,3	191	1387		

Зав. производством Позднякова А.А.

Позднякова А.А.

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н.

Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №1"

Имнова С.А.

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1"
(СТОИМОСТЬ 151,80 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 14,80 РУБ.)

" 4 " апреля 2024 г.

День: четверг

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			
Завтрак							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	15,8	17,4	34,1	356	54-3г	25,98
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,7	12,7	65	тк	4,50
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	43	685	1,44
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	25	108	тк	17,37
Итого за прием пищи:	575	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							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	6	5,9	85	71	9,18
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	3,6	18	124	132	14,28
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ В СОУСЕ	130	12,8	8,7	8,5	160	360	40,77
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,5	4,9	36,8	210	511	13,42
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	40	686	2,56
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,9	10,5	58	тк	3,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,7	12,7	65	тк	4,50
Итого за прием пищи:	795	26	24,8	107,4	742		
Всего за день:		50,4	49,9	198,6	1433		

День: четверг

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			
Завтрак							
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,7	8,9	34,8	240	297	17,39
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	7,2	7,6	14,1	150	3	16,35
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	43	685	1,44
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,4	0,4	20	85	тк	24,74
Итого за прием пищи:	545	15,4	16,9	78,9	518		
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							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	6	5,9	85	71	9,18
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	3,6	18	124	132	14,28
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,8	12,7	38,8	334	386	43,56
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	40	686	2,56
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,9	10,5	58	тк	3,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,7	12,7	65	тк	4,50
Итого за прием пищи:	715	24,5	23,9	100,9	706		
Всего за день:		45,9	47,2	189,2	1343		

Зав. производством Позднякова А.А.

Поздняков

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1"
(СТОИМОСТЬ 151,80 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 14,80 РУБ.)

Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №1"

/Умнов С.А./

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

" 5 " апреля 2024 г.

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,1	8,8	33,2	249	311	17,07
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	7,2	7,6	14,1	150	3	16,35
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	10	40	686	2,56
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,4	0,4	20	85	тк	18,64
Итого за прием пищи:	550	17,8	16,8	77,3	524		
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	15,12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	200	4,2	5,6	26,8	168	139	8,89
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13,9	13,3	9	208	54-7р	33,05
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	6,2	25,3	175	520	16,38
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	43	685	1,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,9	10,5	58	тк	3,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,7	12,7	65	тк	4,50
Итого за прием пищи:	760	25,7	26,8	101,6	729		
Всего за день:		49,5	50	188,3	1372		

День: пятница

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			
Завтрак							
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	8,4	8,8	34,5	246	311	18,16
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,7	12,7	65	тк	4,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	10	40	686	2,56
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В СТАКАНЧИКЕ	120	5,8	6,4	17	148	тк	32,50
Итого за прием пищи:	550	16,2	15,9	74,2	499		
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	15,12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	200	4,2	5,6	26,8	168	139	8,89
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	16,1	16,7	40,5	378	436	47,51
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	43	685	1,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,9	10,5	58	тк	3,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,7	12,7	65	тк	3,32
Итого за прием пищи:	710	24,8	24	107,5	724		
Всего за день:		47	46,3	191,1	1342		

Зав. производством Позднякова А.А.

Позднякова А.А.