

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н.



Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №1"

Иумнова С.А.



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МОБУ "СЯСЬСТРОЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1"

(СТОИМОСТЬ 151,80 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 14,80 РУБ.)

"5" ноября 2024 г.

День: вторник

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							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,8	6,8	29,7	225	311	13,08
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,7	10,3	15,8	173	1	11,50
МАНДАРИН	110	0,9	0,2	12,5	54	тк	25,00
Итого за прием пищи:	500	15,5	17,3	67,3	489		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	13	54-3з	15,74
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	5,5	13,6	175	124	11,80
ФИЛЕ КУРИЦЫ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	100	14,8	13,6	16,8	250	284	40,74
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,5	4,9	37,8	210	54-7г	12,18
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	730	23,4	24,4	87	723		
Всего за день:		44,9	46,7	163,7	1321		

День: вторник

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							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,8	13	11,5	218	340	41,43
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
БАТОН	50	4,2	2,2	29,8	156	тк	4,50
ЯБЛОКО	130	0,7	0,7	16,7	75	тк	15,00
Итого за прием пищи:	535	17,8	15,9	67,3	486		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	13	54-3з	15,74
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	5,5	13,6	175	124	11,80
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	16,5	17,5	60,7	475	492	41,57
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	2,40
Итого за прием пищи:	700	23,1	23,7	100,6	778		
Всего за день:		46,9	44,6	177,3	1373		

Зав. производством Позднякова А.А.

Позднякова А.А.

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"



Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №1"



/Иумнова С.А./

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

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

" 6 " ноября 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							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	16,2	16,5	43,9	395	54-1Т	42,38
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
ЯБЛОКО	150	0,8	0,8	19,2	87	тк	15,00
Итого за прием пищи:	500	17,1	17,3	72,1	517		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	6,6	53	45	9,56
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	26,3	165	132	11,22
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110	11,8	10,7	13,6	200	394	33,71
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,4	6,2	28,5	186	520	13,67
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
БАТОН	25	2,1	1,1	14,9	78	тк	4,50
Итого за прием пищи:	770	24,2	25,8	106,7	759		
Всего за день:		47,3	48,1	188,2	1385		

День: среда

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 ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,7	13,8	27,8	285	302	13,19
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
БАТОН	25	2,1	1,1	14,9	78	тк	4,50
БАНАН	150	2,5	0,9	30	140	тк	35,00
Итого за прием пищи:	525	15,4	15,8	81,7	538		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	6,6	53	45	9,56
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	26	165	132	11,22
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	13,5	11,5	10,5	203	450	38,50
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,3	28	162	203	12,91
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	25	102	631	8,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	730	23,4	23,7	103,5	725		
Всего за день:		44,8	44,5	194,6	1372		

Зав. производством Позднякова А.А.

Поздняков

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н./



Утверждено:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №1"

Гумнова С.А./



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

День: четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

" 7 " ноября 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	9,2	6,5	22,4	188	311	15,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,7	10,3	15,8	173	1	11,50
БАНАН	150	2,5	0,9	30	140	тк	35,00
Итого за прием пищи:	540	15,5	17,7	77,5	538		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	2	8	54-23з	13,86
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	5,4	27,5	168	110	11,94
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	10,5	13,5	10,6	210	431	32,31
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,4	5,5	39,8	246	297	10,43
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	730	23,8	24,7	102	732		
Всего за день:		45,3	47,4	188,9	1379		

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							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	16,2	16,5	43,9	395	54-1т	42,38
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
ЯБЛОКО	150	0,8	0,8	19,2	87	тк	15,00
Итого за прием пищи:	505	17,1	17,3	72,4	519		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	1,6	8	54-23з	13,86
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	5,4	27,5	168	110	11,94
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	130	12,8	12,3	11,8	212	461	38,88
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,4	5,8	38,2	229	332	7,98
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	760	23,1	23,8	101,6	717		
Всего за день:		46,2	46,1	183,4	1345		

Зав. производством Позднякова А.А.

Поз

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"



Составлено:

Директор

МОБУ 'Сясьстройская СОШ №1'

Умнова С.А./

Умнова С.А./

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

День: пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

" 8 " ноября 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							
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	200	12,8	15,2	29,8	312	262	24,64
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
БАТОН	25	2,1	1,1	14,9	78	тк	4,50
ЯБЛОКО	130	0,7	0,7	16,7	75	тк	15,00
Итого за прием пищи:	555	15,7	17	70,4	500		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	13	54-3з	15,74
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,5	5,3	26,5	170	135	12,91
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ	100	13,4	13,7	10,8	220	451	39,70
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	4,5	6,3	32,54	208	216	13,70
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	22,5	90	701	6,69
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	710	23,7	25,8	102,1	741		
Всего за день:		45,4	47,8	181,9	1350		

День: пятница

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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	10,8	6,5	28,4	220	302	14,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,7	10,3	15,8	173	1	11,50
ЯБЛОКО	130	0,7	0,7	16,7	75	тк	15,00
Итого за прием пищи:	515	15,3	17,5	69,9	503		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	13,2	54-3з	15,74
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,2	4,5	26,5	160	135	12,91
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	15,9	12,4	13,9	235	388	42,37
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,4	6,2	28,5	186	520	13,67
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	22,5	90	701	6,69
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	710	24,8	23,6	101,2	724		
Всего за день:		46,1	46,1	180,5	1336		

Зав. производством Позднякова А.А.

Позднякова А.А.

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н.



Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №1"

Умнова С.А./



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

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

" 11 " ноября 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,4	8,8	28,5	228	311	13,36
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	7,3	6,8	19,8	168	3	14,90
МАНДАРИН	100	0,9	0,2	12,5	54	тк	25,00
Итого за прием пищи:	500	15,7	15,8	70,1	487		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	1,6	8,4	54-23з	13,86
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	200	4,2	4,3	28,7	172	139	11,04
БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ	100	13,2	13,7	16,8	248	451	39,70
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,6	5,4	38	217	54-7г	12,18
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	8	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	730	23,1	23,7	101,4	720		
Всего за день:		44,8	44,5	180,9	1316		

День: понедельник

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							
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,2	8,8	29,5	230	160	13,28
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	7,3	6,8	19,8	168	3	14,90
МАНДАРИН	100	0,9	0,2	12,5	54	тк	25,00
Итого за прием пищи:	500	15,5	15,8	71,1	489		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	1,6	8	54-23з	13,86
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	200	4,2	4,3	27,9	169	139	11,04
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	16,5	18,8	46,8	430	386	51,96
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	2,40
Итого за прием пищи:	700	24,3	23,7	100	722		
Всего за день:		45,8	44,5	180,8	1320		

Зав. производством Позднякова А.А.

Поздняков

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.)

День: вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

"12" ноября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,9	6,8	28,7	223	302	14,80
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	1,72
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,7	10,3	15,8	173	1	11,50
ЯБЛОКО	130	0,7	0,7	16,7	75	тк	15,00
Итого за прием пищи:	520	15,4	17,8	70,5	508		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3	6,6	53	45	9,56
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	26,3	165	132	11,22
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13,9	12	14,2	220	374	51,77
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,4	4,8	26,3	164	520	13,67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2	0,1	22	90	639	5,36
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	710	24,3	24,7	102,9	732		
Всего за день:		45,7	47,5	182,8	1349		

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			
Завтрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,8	13	11,5	218	340	41,43
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	1,72
БАТОН	50	4,2	2,2	29,8	156	тк	4,50
ЯБЛОКО	130	0,7	0,7	16,7	75	тк	15,00
Итого за прием пищи:	535	17,8	15,9	67,3	486		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3	6,6	53	45	9,56
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	26,3	165	132	11,22
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	13,4	11,8	10,8	206	439	32,90
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,3	27,6	162	203	12,91
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2	0,1	22	90	639	5,36
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	710	23,3	24	100,8	716		
Всего за день:		47,1	44,9	177,5	1311		

Зав. производством Позднякова А.А.

Поздняков

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н.



Обсуждено:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №1"

Имнова С.А./

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

"13" ноября 2024 г.

День: среда

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							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	16,2	16,5	43,9	395	54-1т	42,38
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
ЯБЛОКО	150	0,8	0,8	19,2	87	тк	15,00
Итого за прием пищи:	500	17,1	17,3	72,1	517		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	1	0,1	2,3	13	54-3з	15,74
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	5,5	27,5	170	134	9,62
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	130	12,8	13	15,9	235	360	39,32
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,4	5,8	38,2	229	332	7,98
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	765	23,1	24,7	100,7	724		
Всего за день:		46,2	47	182,2	1350		

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							
КАША МОЛОЧНАЯ "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,7	13,8	24,5	270	275	15,93
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
БАТОН	25	2,1	1,1	14,9	78	тк	4,50
БАНАН	150	2,5	0,9	30	140	тк	35,00
Итого за прием пищи:	525	15,4	15,8	78,4	523		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	1	0,1	2,3	13	54-3з	15,74
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	5,5	27,5	170	134	9,62
КУРИЦА ТУШЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	100	14,8	12,6	16,8	250	54-25м	37,07
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,5	4,9	38	210	511	12,18
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	735	23,2	23,4	101,2	720		
Всего за день:		44,6	44,2	189	1352		

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.)

"14" ноября 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							
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" (РИС, ПШЕНО) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,9	8,3	26,8	215	311	13,56
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
БАТОН	25	2,1	1,1	14,9	78	тк	4,50
ЙОГУРТ В СТАКАНЧИКЕ	125	5,3	6,4	16,8	148	тк	35,00
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,8	67,5	476		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0	1	7	699	12,60
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ	200	3,5	4,4	25	146	140	13,14
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	19,1	20,3	47,5	455	436	47,39
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	22,5	90	701	6,69
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	710	24,7	25,2	103,9	738		
Всего за день:		46,1	46	180,8	1323		

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							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (СЛАДКИМ)	150	16,0	16,5	43,7	396	349	37,51
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
ЯБЛОКО	150	0,8	0,8	19,2	87	тк	15,00
Итого за прием пищи:	500	16,9	17,3	71,9	518		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0	1	7	699	12,60
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ	200	3,5	4,4	25,4	146	140	13,14
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	19	20,2	48	460	54-10м	47,94
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	22,5	90	701	6,69
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	710	24,6	25,1	104,4	743		
Всего за день:		47,5	47,4	185,7	1370		

Зав. производством Позднякова А.А.

Позднякова А.А.

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"



Смирнов А.Н.

Согласовано:

Директор

МОБУ "Сясьстройская СОШ №1"



Лумнова С.А.

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

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

"15" ноября 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							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	170	12,3	14,5	36,5	330	54-3г	21,58
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
БАТОН	25	2,1	1,1	14,9	78	тк	4,50
МАНДАРИН	100	0,9	0,2	12,5	54	тк	25,00
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,8	73,2	499		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	2	8	54-23з	13,86
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	5,4	27,5	168	110	11,94
ГУЛЯШ	100	11,4	13,2	16	230	437	42,73
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,4	5,5	39,8	246	297	10,43
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	730	24,7	24,4	100,9	727		
Всего за день:		46,1	45,2	183,5	1335		

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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,9	8,3	26,5	215	302	12,24
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2,84
БАТОН	25	2,1	1,1	14,9	78	тк	4,50
ЙОГУРТ В СТАКАНЧИКЕ	125	5,3	6,4	16,8	148	тк	35,00
Итого за прием пищи:	505	15,4	15,8	67,5	478		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109	тк	14,80
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	2	8	54-23з	15,74
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	5,4	27,5	168	110	11,94
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СМЕТАННЫМ СОУСОМ	250	19,2	20,1	62,8	520	291	50,62
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,3	7,5	40	тк	2,40
Итого за прием пищи:	730	24,1	25,8	108,4	771		
Всего за день:		45,5	46,6	185,3	1358		

Зав. производством Позднякова А.А.

Поздняков