

Утверждаю:

ООО "Торговый Дом Марс"

(Смирнов А.Н.)



Согласовано:

Директор

МОБУ "Алексинская средняя школа"

(Фролова Н.Н.)



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
МОБУ "АЛЕКСИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА"**  
(СТОИМОСТЬ 151,80 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 14,80 РУБ.)

2024 г.

День: понедельник

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			
<b>Завтрак</b>							
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКА ("ДРУЖБА")	200	6,5	7,6	31,9	226	311	19,47
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>16,1</b>	<b>17,5</b>	<b>75,3</b>	<b>528</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>							
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	0,7	0,1	8,9	41	78	5,65
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	4,2	15,5	114	124	10,87
БИТОЧЕК РУБЛЕННЫЙ ИЗ ПТИЦЫ	100	13,8	13,3	15,8	236	498	40,26
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,8	32	194	332	8,93
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	22	91	631	7,50
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>26,8</b>	<b>25,1</b>	<b>117,4</b>	<b>799</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>48,9</b>	<b>49</b>	<b>202,1</b>	<b>1446</b>		

День: понедельник

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			
<b>Завтрак</b>							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,6	14,8	21,8	275	340	46,73
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	0,2	0,7	12,7	65	тк	4,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	10	40	686	2,56
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	25	108	тк	5,95
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>15,5</b>	<b>16,1</b>	<b>69,5</b>	<b>488</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>							
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	0,7	0,1	8,9	41	78	5,65
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	4,2	15,5	114	124	10,87
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 РЖАНОЙ	25	2	0,9	10,5	58	тк	3,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,7	12,7	65	тк	4,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>25,5</b>	<b>26,1</b>	<b>110,3</b>	<b>789</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>47</b>	<b>48,6</b>	<b>189,2</b>	<b>1396</b>		

Зав. производством Холстинина Е.С.

*Холстинина Е.С.*