

Утверждаю:



Директор
ООО «Торговый Дом Марс»
/Смирнов А.Н./

Согласовано:



Директор
МОБУ «Волховская средняя
общеобразовательная школа №5»
/Бурдакова О.П./

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МОБУ «ВОЛХОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5»

(стоимость 117,00)

« 11 » марта 2022 г

Возрастная категория 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
День 10								
Завтрак	Омлет натуральный	150	12,9	20,7	3,5	245	340	32,41
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	т/к	2,40
	Чай с сахаром	200	0,1	0	10	43	685	1,42
	Яблоко свежее	130	0,6	0,5	15,3	70,5	т/к	16,29
Итого за завтрак:		500	15,1	21,8	39,1	410,9		
Обед	Салат из квашеной капусты	60	1	3	4,6	49,8	45	8,07
	Борщ из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной	205	3,5	7	12,5	130,6	110	9,02
	Котлета рыбная любительская (минтай)	90	14,3	6,6	7,8	141,5	390	25,11
	Картофель тушеный	150	5,3	10,1	22,6	208	216	14,66
	Напиток лимонный	180	0,1	0	18,9	73	699	3,92
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
Итого за обед:		735	27,6	28	81,1	694		
Итого за 10 день:		1235	42,7	49,7	120,2	1104,4		117,00

Возрастная категория 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
День 10								
Завтрак	Омлет натуральный	200	17,2	27,5	4,6	325,9	340	43,31
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	т/к	2,40
	Чай с сахаром	200	0,1	0	10	43	685	1,42
	Яблоко свежее	130	0,6	0,5	15,3	70,5	т/к	16,29
Итого за завтрак:		550	19,4	28,6	40,2	491,8		
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,6	5	7,6	83,2	45	13,42
	Борщ из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной	255	4,4	8,8	15,6	163,3	110	10,63
	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	16	7,4	7,8	157,9	390	27,22
	Картофель тушеный	180	6,3	12,1	27,1	249,6	216	17,14
	Напиток лимонный	180	0,1	0	18,9	73	699	3,92
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
Итого за обед:		865	31,8	34,5	94	817,6		
Итого за 10 день:		1415	51,2	63,1	131,5	1235,1		117,00

Зав. производством _____