



Утверждаю:

Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Врио Директор

МОБУ «Волховская средняя  
общеобразовательная школа №5»

Степанова К.А.

## МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МОБУ «ВОЛХОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5»

(стоимость 125,00)

« 23 » сентября 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	13	15,7	3,5	209	340	36,62
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52	т/к	3,00
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	685	1,52
	Кондитерское изделие (пряник)	30	1,3	1,7	25,2	118	т/к	5,40
	Яблоко свежее	100	0,6	0,6	13,3	61	т/к	13,67
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>16,5</b>	<b>18,6</b>	<b>67,3</b>	<b>510</b>		
Обед	Салат из квашеной капусты	60	1	3	4,6	49,8	45	8,32
	Борщ из свежей капусты с картофелем вегетарианский	200	1,3	7	12,5	130,6	110	7,49
	Котлета рыбная любительская (минтай)	90	13,2	6,6	7,8	141,5	390	22,71
	Картофель тушеный	150	4,1	10,1	22,6	208	216	16,57
	Напиток лимонный	180	0,1	0	18,9	73	699	4,70
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	5,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>730</b>	<b>23,1</b>	<b>23,8</b>	<b>101,2</b>	<b>713</b>		
<b>Итого за 10 день:</b>			<b>39,6</b>	<b>42,4</b>	<b>168,5</b>	<b>1213</b>		<b>125,00</b>

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	17,3	20,9	4,7	278	340	43,71
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52	т/к	3,00
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	685	1,52
	Кондитерское изделие (пряник)	30	1,3	1,7	25,2	118	т/к	5,40
	Яблоко свежее	100	0,6	0,6	13,3	61	т/к	13,67
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>20,8</b>	<b>23,8</b>	<b>68,5</b>	<b>569</b>		
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,7	6,5	9,3	96	45	13,84
	Борщ из свежей капусты с картофелем вегетарианский	250	1,6	4,5	16	110	54-14с	9,36
	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	14,7	9,5	13,1	197	390	25,21
	Картофель тушеный	180	4,9	8	40	254	216	19,80
	Напиток лимонный	180	0,1	0,1	25	103	699	4,70
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	91	т/к	5,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>860</b>	<b>26,4</b>	<b>29,8</b>	<b>120</b>	<b>851</b>		
<b>Итого за 10 день:</b>			<b>47,2</b>	<b>53,6</b>	<b>188,5</b>	<b>1420</b>		<b>125,00</b>

Зав. производством

*С.С.*