

Утверждаю:

Согласовано:

Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

Директор  
МОБУ «Волховская средняя  
общеобразовательная школа №5»

/Смирнов А.Н./

/Степанова К.А./



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
МОБУ «ВОЛХОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5»  
(стоимость 125,00)

« 06 » марта 2023 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           |               |
| <b>День 1</b>            |   |              |                  |             |              |                         |             |               |
| Завтрак                  | Каша пшеничная молочная                               | 200          | 7                | 8,6         | 33,1         | 238                     | 311         | 17,81         |
|                          | Батон пшеничный обогащенный                           | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52                      | т/к         | 3,00          |
|                          | Яйцо вареное  | 40           | 4,8              | 4           | 0,3          | 57                      | 337         | 12,06         |
|                          | Какао с молоком                                       | 200          | 3,3              | 3,1         | 13,5         | 94                      | 693         | 15,50         |
|                          | Кондитерское изделие (печенье)                        | 40           | 2,5              | 3,4         | 15,3         | 101                     | т/к         | 8,25          |
| <b>Итого за завтрак:</b> |   | <b>500</b>   | <b>19,1</b>      | <b>19,7</b> | <b>72,5</b>  | <b>542</b>              |             |               |
| Обед                     | Икра морковная  | 60           | 1                | 0,1         | 8,9          | 41                      | 78          | 5,27          |
|                          | Щи из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной | 205          | 2,1              | 6,7         | 12           | 115                     | 124         | 10,22         |
|                          | Курица тушеная в сметанном соусе                      | 100          | 11,8             | 10,8        | 6,4          | 161                     | 301         | 33,21         |
|                          | Макаронные изделия отварные                           | 150          | 5,4              | 4,8         | 32           | 194                     | 332         | 8,93          |
|                          | Компот из свежих яблок                                | 180          | 0,1              | 0,1         | 25           | 103                     | 631         | 5,75          |
|                          | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                      | 50           | 3,4              | 1,2         | 17           | 91                      | т/к         | 5,00          |
| <b>Итого за обед:</b>    |   | <b>745</b>   | <b>23,8</b>      | <b>23,7</b> | <b>101,3</b> | <b>705</b>              |             |               |
| <b>Итого за 1 день:</b>  |   |              | <b>42,9</b>      | <b>43,4</b> | <b>173,8</b> | <b>1291</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           |               |
| <b>День 1</b>            |   |              |                  |             |              |                         |             |               |
| Завтрак                  | Каша пшеничная молочная                               | 250          | 8,8              | 10,8        | 41,4         | 296                     | 311         | 22,12         |
|                          | Батон пшеничный обогащенный                           | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52                      | т/к         | 3,00          |
|                          | Яйцо вареное  | 40           | 4,8              | 4           | 0,3          | 57                      | 337         | 12,06         |
|                          | Какао с молоком                                       | 200          | 3,3              | 3,1         | 13,5         | 94                      | 693         | 15,50         |
|                          | Кондитерское изделие (печенье)                        | 40           | 2,5              | 3,4         | 15,3         | 101                     | т/к         | 8,25          |
| <b>Итого за завтрак:</b> |   | <b>550</b>   | <b>20,9</b>      | <b>21,9</b> | <b>80,8</b>  | <b>600</b>              |             |               |
| Обед                     | Икра морковная  | 100          | 2                | 0,2         | 14,9         | 68                      | 78          | 8,76          |
|                          | Щи из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной | 255          | 2,6              | 8,4         | 16           | 149                     | 124         | 12,37         |
|                          | Курица тушеная в сметанном соусе                      | 100          | 11,8             | 10,8        | 6,4          | 161                     | 301         | 33,21         |
|                          | Макаронные изделия отварные                           | 180          | 6,8              | 6           | 43           | 253                     | 332         | 10,68         |
|                          | Компот из свежих яблок                                | 180          | 0,1              | 0,1         | 25           | 103                     | 631         | 5,75          |
|                          | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                      | 50           | 3,4              | 1,2         | 17           | 91                      | т/к         | 5,00          |
| <b>Итого за обед:</b>    |   | <b>865</b>   | <b>26,4</b>      | <b>26,7</b> | <b>122,3</b> | <b>825</b>              |             |               |
| <b>Итого за 1 день:</b>  |   |              | <b>47,3</b>      | <b>48,6</b> | <b>203,1</b> | <b>1425</b>             |             | <b>125,00</b> |

Зав. производством

*Ф*

/Филинова М.Е./