

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)

« 24 » 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 | |
| День 5 | | | | | | | | |
| 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 |
| | Мандарин свежий | 100 | 0,6 | 0,6 | 13,3 | 61 | т/к | 17,36 |
| Итого за завтрак: | | 500 | 16,5 | 18,6 | 67,3 | 500 | | |
| Обед | Икра морковная | 60 | 1 | 0,1 | 8,9 | 41 | 78 | 5,27 |
| | Суп картофельный с горохом, с курицей | 200 | 4,2 | 6,7 | 22,8 | 145 | 139 | 8,75 |
| | Фрикадельки из мяса птицы (курица) в соусе | 110 | 11,3 | 10,8 | 8,3 | 175 | 360 | 26,49 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,4 | 4,8 | 32 | 194 | 332 | 8,93 |
| | Компот из свежих яблок и изюма | 180 | 0,1 | 0,1 | 20 | 81 | 638 | 6,66 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,4 | 1,2 | 17 | 91 | т/к | 5,00 |
| Итого за обед: | | 750 | 25,4 | 23,7 | 109 | 727 | | |
| Итого за 5 день: | | | 41,9 | 42,3 | 176,3 | 1227 | | 125,00 |

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 5 | | | | | | | | |
| 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 |
| | Мандарин свежий | 100 | 0,6 | 0,6 | 13,3 | 61 | т/к | 17,36 |
| Итого за завтрак: | | 550 | 20,8 | 23,8 | 68,5 | 569 | | |
| Обед | Икра морковная | 100 | 2 | 0,2 | 14,9 | 68 | 78 | 8,76 |
| | Суп картофельный с горохом, с курицей | 250 | 5,3 | 8,4 | 29,5 | 215 | 139 | 10,52 |
| | Фрикадельки из мяса птицы (курица) в соусе | 110 | 11,3 | 10,8 | 8,3 | 175 | 360 | 26,49 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,8 | 6 | 43 | 253 | 332 | 10,68 |
| | Компот из свежих яблок и изюма | 180 | 0,1 | 0,1 | 20 | 81 | 638 | 6,66 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,4 | 1,2 | 17 | 91 | т/к | 5,00 |
| Итого за обед: | | 870 | 28,6 | 26,7 | 132,7 | 883 | | |
| Итого за 5 день: | | | 49,4 | 50,5 | 201,2 | 1452 | | 125,00 |

Зав. производством  /Филинова М.Е./