

Утверждаю:

Согласовано:

Директор
ООО «Торговый Дом Марс»

Врио Директора
МОБУ «Волховская средняя
общеобразовательная школа №5»



А.Н. Смирнов
/Смирнов А.Н./



Степанова А.А.

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

« 21 » октября 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
Итого за завтрак:		500	16,5	18,6	67,3	510		
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
Итого за обед:		730	23,1	23,8	101,2	713		
Итого за 10 день:			39,6	42,4	168,5	1213		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 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
Итого за завтрак:		550	20,8	23,8	68,5	569		
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
Итого за обед:		860	26,4	29,8	120	851		
Итого за 10 день:			47,2	53,6	188,5	1420		125,00

*Зав. производством *А.А.*