

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)

« 22 » 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 3								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7,8	8,7	39	260	297	17,81
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52	т/к	3,00
	Чай с сахаром и лимоном	205	0,1	0	10	43	686	2,53
	Йогурт фруктовый в стаканчике	125	6	5,9	12,5	128	т/к	31,50
Итого за завтрак:		550	15,4	15,2	71,8	483		
Обед	Салат из квашеной капусты	60	1	3,9	5,6	58	45	8,32
	Рассольник ленинградский с курицей и сметаной	205	4,8	6,5	20,9	161	132	12,35
	Котлета рыбная любительская (минтай)	90	13,2	8,6	11,8	177	390	22,71
	Пюре картофельное	150	3,1	5,4	20,3	146	520	16,53
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,1	0,1	25	101	639	5,25
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	91	т/к	5,00
Итого за обед:		735	25,6	25,7	100,6	734		
Итого за 3 день:			41	40,9	172,4	1217		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 3								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7,8	8,7	39	260	297	17,81
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52	т/к	3,00
	Чай с сахаром и лимоном	205	0,1	0	10	43	686	2,53
	Йогурт фруктовый в стаканчике	125	6	5,9	12,5	128	т/к	31,50
Итого за завтрак:		550	15,4	15,2	71,8	483		
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,7	6,5	9,3	96	45	13,84
	Рассольник ленинградский с курицей и сметаной	255	6	8,1	27,1	205	132	13,46
	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	14,7	9,5	13,1	197	390	25,21
	Пюре картофельное	180	3,7	6,5	25,4	175	520	20,21
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,1	0,1	25	101	639	5,25
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	91	т/к	5,00
Итого за обед:		865	29,6	31,9	116,9	865		
Итого за 3 день:			45	47,1	188,7	1348		125,00

Зав. производством

М.Е.

/Филинова М.Е./