

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор школы

/Брунова Н.П./



МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
(СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 1

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	10,2	9,2	38,5	281	311	2004	28,32
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	5,6	7,8	18,5	170	3	2004	22,90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ	180	4,1	3,9	20,8	136	875	2024	18,90
КИВИ СВЕЖЕЕ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		49,94
Итого за прием пищи:	520	20,2	21,2	90,7	643			
Обед								
АССОРТИ ОВОЩНОЕ "ВИТАМИНКА" (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, РЕДИС)	60	1,9	0,4	6,9	36	222	2024	23,25
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ, С КУРИЦЕЙ	200	4,8	5,2	28,5	178	290	2004	20,29
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ КУРИНЫЕ	100	14,8	13,5	10,5	228	695	2024	42,53
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,7	9,3	22,8	186	54-24г	2022	36,67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД	200	0,2	0,1	20,5	82	638	2004	14,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	800	30	30,3	129,4	908			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПЕЧЕНЬЕ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335			
Всего за день:		58,7	60,3	275	1886			

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	12,8	11,5	48,5	358	311	2004	35,25
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	5,6	7,8	18,5	170	3	2004	22,90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ	180	4,1	3,9	20,8	136	876	2024	18,90
КИВИ СВЕЖЕЕ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		49,94
Итого за прием пищи:	570	22,8	23,5	100,7	720			
Обед								
АССОРТИ ОВОЩНОЕ "ВИТАМИНКА" (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, РЕДИС)	100	3,2	0,7	11,5	60	222	2024	33,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ, С КУРИЦЕЙ	250	6,8	7,2	37,6	244	290	2004	24,31
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ КУРИНЫЕ	100	14,8	13,5	10,5	228	695	2024	42,53
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,9	11,9	27,4	236	54-24г	2022	43,85
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД	200	0,2	0,1	20,5	82	638	2004	14,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	920	34,5	35,2	147,7	1048			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПЕЧЕНЬЕ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335			
Всего за день:		65,8	67,5	303,6	2103			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством Вантурина Н.П.

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./



Согласовано:



Директор школы
Доружева Н.П.

МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
(СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 2

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	18,8	20,2	51,5	472	501	2024	59,36
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	ТК		3,60
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	666	2004	3,40
ГРУША СВЕЖАЯ*	180	0,5	0,5	24,6	107	ТК		58,94
Итого за прием пищи:	555	20,9	21,3	101,4	691			
Обед								
КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	0,5	3,6	4,1	49	732	2024	16,56
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	5,6	17,5	132	110	2024	15,27
ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	100	12,3	13,5	9,6	206	588	2024	71,25
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	6,5	38,2	248	297	2004	15,72
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	20,6	80	895	2024	12,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	800	30,8	31,1	130,2	913			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПРЯНИК*	50	4,9	6,6	21,6	168	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,2	54,8	328			
Всего за день:		60,2	60,6	286,4	1932			

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	22,5	23,2	56,5	535	501	2024	70,16
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	ТК		3,60
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	2004	3,40
ГРУША СВЕЖАЯ*	180	0,5	0,5	24,6	107	ТК		58,94
Итого за прием пищи:	605	24,6	24,3	106,4	754			
Обед								
КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	0,9	6,5	6,9	90	732	2024	25,60
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	5,5	7	22,8	178	110	2024	19,00
ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	100	12,3	13,5	9,6	206	588	2024	71,25
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,3	7,8	47,8	305	297	2004	18,80
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	20,6	80	895	2024	12,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	920	34,7	36,7	147,9	1057			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПРЯНИК*	50	4,9	6,6	21,6	168	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,2	54,8	328			
Всего за день:		67,8	69,2	309,1	2139			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством Вантурина Н.Р.

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н.

Согласовано:

Будеттош ишол
Болунова Н.Т.

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
(СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 3

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	155	9,8	13,2	32,5	290	262	2016	30,34
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	ТК		3,60
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	685	2004	2,32
ТВОРОГ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	7,4	4,5	9,5	107	ПРОМ		50,00
АБРИКОС СВЕЖИЙ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		61,69
Итого за прием пищи:	575	19,1	18,6	80,2	565			
Обед								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	15	54-3з	2022	16,75
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,9	6,5	21,5	167	288	2024	12,20
ГРЕНКИ ДЛЯ СУПА	20	2,1	0,3	22,5	100	227	2024	5,04
РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (КУРИЦА)	200	19,5	22,6	41,3	456	690	2024	69,46
НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	200	0,6	0,2	20,5	85	956	2024	12,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
Итого за прием пищи:	730	30,4	30,3	127,7	917			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПОНЧИК*	40	5,1	6,8	21,6	170	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	340	8,7	8,4	54,8	330			
Всего за день:		58,2	57,3	262,7	1812			

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	205	13	17,6	43,2	390	262	2016	39,60
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	ТК		3,60
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	685	2004	2,32
ТВОРОГ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	7,4	4,5	9,5	107	ПРОМ		50,00
АБРИКОС СВЕЖИЙ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		61,69
Итого за прием пищи:	625	22,3	23	90,9	665			
Обед								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,2	0,2	3,9	20	54-3з	2022	27,75
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	6,5	9,5	28,9	230	288	2024	15,25
ГРЕНКИ ДЛЯ СУПА	20	2,1	0,3	22,5	100	227	2024	5,04
РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (КУРИЦА)	250	22,4	25,6	54,6	550	690	2024	78,30
НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	200	0,6	0,2	20,5	85	956	2024	12,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
Итого за прием пищи:	870	35,4	36,4	150	1079			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПОНЧИК*	40	5,1	6,8	21,6	170	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	340	8,7	8,4	54,8	330			
Всего за день:		66,4	67,8	295,7	2074			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством Вантурина Н.Р.

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"



Согласовано:

Директор школы
Борункова Н.С.



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
(СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 4

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША "АРТЕК" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,3	9,2	38,2	282	302	2004	28,27
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,8	4,5	20,5	135	2	2004	20,10
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,8	3,8	18,5	128	693	2004	19,20
НЕКТАРИН СВЕЖИЙ*	150	0,4	0,4	13,5	57	ТК		61,71
Итого за прием пищи:	575	18,3	17,9	90,7	602			
Обед								
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,3	3,5	5,6	58	733	2024	12,57
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,7	6,5	24,5	174	132	2004	23,19
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (МИНТАЙ)	100	15,6	13,8	12,1	235	542	2024	48,37
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	150	2,8	5,2	22	146	728	2024	36,43
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,2	0,1	25	98	699	2004	6,96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	800	30,2	30,9	129,4	909			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ВАФЛЯ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335			
Всего за день:		57	57,6	275,3	1846			

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША "АРТЕК" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	250	12,9	11,5	47,8	353	302	2004	35,13
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,8	4,5	20,5	135	2	2004	20,10
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,8	3,8	18,5	128	693	2004	19,20
НЕКТАРИН СВЕЖИЙ*	150	0,4	0,4	13,5	57	ТК		61,71
Итого за прием пищи:	625	20,9	20,2	100,3	673			
Обед								
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,5	6,2	10,2	107	733	2024	20,95
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,5	7,5	30,8	221	132	2004	27,50
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (МИНТАЙ)	100	15,6	13,8	12,1	235	542	2024	48,37
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	180	3,5	6,5	28,5	188	728	2024	43,38
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,2	0,1	25	98	699	2004	6,96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	920	33,9	35,9	146,8	1047			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ВАФЛЯ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335			
Всего за день:		63,3	64,9	302,3	2055			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством *Н.П.* /Вантурина Н.П./

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор школы
Берунова А.Г.

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
(СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 5

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ОЛАДЫ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	11,4	14,8	58,5	420	987	2024	31,80
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	2004	3,40
ТВОРОГ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	7,4	4,5	9,5	107	ПРОМ		50,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		39,58
Итого за прием пищи:	555	19,2	19,6	95,9	643			
Обед								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ /ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ В НАРЕЗКЕ	60	1	0,2	3	17	54-23з/54-4з	2022	21,75
СУП ОВОЩНОЙ С КУРИЦЕЙ	200	4,8	6,5	20,5	158	324	2024	25,83
ФРИКАССЕ ИЗ КУРИЦЫ	100	15,5	16,5	10,4	252	692	2024	54,69
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,5	4,9	36,8	210	511	2004	15,75
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД	200	0,2	0,1	20,5	82	638	2004	14,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	800	30,6	30	131,4	917			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПЕЧЕНЬЕ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335			
Всего за день:		58,3	58,4	282,5	1895			

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ОЛАДЫ С МОЛКОМ СГУЩЕННЫМ	200	14,3	16,3	72,5	505	987	2024	36,11
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	2004	3,40
ТВОРОГ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	7,4	4,5	9,5	107	ПРОМ		50,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		39,58
Итого за прием пищи:	605	22,1	21,1	109,9	728			
Обед								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ /ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ В НАРЕЗКЕ	100	1,2	0,4	3,8	24	54-23з/54-4з	2022	38,25
СУП ОВОЩНОЙ С КУРИЦЕЙ	250	6,5	9,2	26,6	220	324	2024	27,03
ФРИКАССЕ ИЗ КУРИЦЫ	100	15,5	16,5	10,4	252	692	2024	54,69
РИС ОТВАРНОЙ	180	4,4	6,2	45	266	511	2004	18,50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД	200	0,2	0,1	20,5	82	638	2004	14,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	920	33,4	34,2	146,5	1042			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПЕЧЕНЬЕ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335			
Всего за день:		64	64,1	311,6	2105			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством _____ /Вантурина Н.Р./

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор школы

Перунова Н.П.

МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
(СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 1

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	18,8	20,2	51,5	472	501	2024	59,36
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	ТК		3,60
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	685	2004	2,32
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ*	180	0,5	0,5	24,6	107	ТК		69,24
Итого за прием пищи:	550	20,9	21,3	101,4	691			
Обед								
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	60	0,8	3,8	6,5	60	232	2024	16,31
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,8	5,6	18,3	136	124	2004	18,58
ЧИКЕНБОЛЫ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	14,1	15,8	10,2	238	714	2024	58,52
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	3,8	32	186	332	2004	12,97
НАПИТОК ЯБЛОЧНО-ЛИМОННЫЙ	200	0,2	0,1	26,8	120	358	2004	15,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	800	30,9	30,9	134	938			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПРЯНИК*	50	4,9	6,6	21,6	168	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,2	54,8	328			
Всего за день:		60,3	60,4	290,2	1957			

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	22,5	23,2	56,5	535	501	2024	70,16
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	ТК		3,60
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	685	2004	2,32
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ*	180	0,5	0,5	24,6	107	ТК		69,24
Итого за прием пищи:	600	24,6	24,3	106,4	754			
Обед								
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	100	1,4	6,5	10,9	108	232	2024	27,27
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,5	6,9	23,5	184	124	2004	21,42
ЧИКЕНБОЛЫ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	14,1	15,8	10,2	238	714	2024	58,52
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	4,6	39,5	228	332	2004	15,50
НАПИТОК ЯБЛОЧНО-ЛИМОННЫЙ	200	0,2	0,1	26,8	120	358	2004	15,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	920	34,3	35,7	151,1	1076			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПРЯНИК*	50	4,9	6,6	21,6	168	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,2	54,8	328			
Всего за день:		67,4	68,2	312,3	2158			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством _____ /Вантурина Н.П./

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н.

Согласовано:

Директор школы
Толунова Н.Г.

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
(СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 2

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША ИЗ СМЕСИ КРУП "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	9,3	8,8	37,5	270	311	2004	27,27
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	5,6	7,8	18,5	170	3	2004	22,90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ	180	4,1	3,9	20,8	136	876	2024	18,90
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*	150	0,4	0,4	13,5	57	ТК		44,03
Итого за прием пищи:	570	19,4	20,9	90,3	633			
Обед								
АССОРТИ ОВОЩНОЕ "ВИТАМИНКА" (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, РЕДИС)	60	1,9	0,4	6,9	36	222	2024	23,25
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	4,8	5,4	26,8	174	54-18с	2022	18,42
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ СВИНОЙ	100	14,6	13,5	12,3	232	451	2011	47,00
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,7	9,3	22,8	186	54-24г	2022	36,67
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,1	0,1	23	92	949	2004	18,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	800	29,7	30,5	132	918			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ВАФЛЯ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335			
Всего за день:		57,6	60,2	277,5	1886			

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША ИЗ СМЕСИ КРУП "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	11,6	10,8	46,8	337	311	2004	33,95
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	5,6	7,8	18,5	170	3	2004	22,90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ	180	4,1	3,9	20,8	136	876	2024	18,90
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*	150	0,4	0,4	13,5	57	ТК		44,03
Итого за прием пищи:	620	21,7	22,9	100	700			
Обед								
АССОРТИ ОВОЩНОЕ "ВИТАМИНКА" (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, РЕДИС)	100	3,2	0,7	11,5	60	222	2024	33,50
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	6,6	6,8	34,6	232	54-18с	2022	22,58
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ СВИНОЙ	100	14,6	13,5	12,3	232	451	2011	47,00
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,9	11,9	27,4	236	54-24г	2022	43,85
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,1	0,1	23	92	949	2004	18,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	920	34	34,8	149	1050			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ВАФЛЯ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55	335			
Всего за день:		64,2	66,5	303,8	2085			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством _____ /Вантурина Н.Р./

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор школы
М.П. Горюнова Н.П.

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
(СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 3

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	14,5	13,6	9,2	220	491	2024	57,97
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	ТК		3,60
ПЕЧЕНЬЕ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	2004	3,40
ГРУША СВЕЖАЯ*	180	0,5	0,5	24,6	107	ТК		61,94
Итого за прием пищи:	605	21,5	21,9	81,1	614			
Обед								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	15	54-3з	2022	16,75
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,9	6,5	21,5	167	288	2024	12,20
ГРЕНКИ ДЛЯ СУПА	20	2,1	0,3	22,5	100	227	2024	5,04
ПЛОВ ИЗ БУЛГУРА С КУРИЦЕЙ	200	19,5	22,8	45,3	470	54-15м	2022	67,29
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	20,6	80	895	2024	12,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
Итого за прием пищи:	730	29,9	30,4	131,8	926			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПОНЧИК*	40	4,8	6,3	29	190	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	340	8,4	7,9	62	350			
Всего за день:		59,8	60,2	274,7	1890			

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	200	18,5	16,8	12,2	280	491	2024	67,44
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	ТК		3,60
ПЕЧЕНЬЕ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	2004	3,40
ГРУША СВЕЖАЯ*	180	0,5	0,5	24,6	107	ТК		61,94
Итого за прием пищи:	655	25,5	25,1	84,1	674			
Обед								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,2	0,2	3,9	20	54-3з	2022	27,75
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	6,5	9,5	28,9	230	54-3з	2022	15,25
ГРЕНКИ ДЛЯ СУПА	20	2,1	0,3	22,5	100	227	2024	5,04
ПЛОВ ИЗ БУЛГУРА С КУРИЦЕЙ	250	22,8	25,8	55,4	555	54-15м	2022	75,45
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	20,6	80	588	2024	12,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
Итого за прием пищи:	870	35,3	36,5	150,9	1079			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПОНЧИК*	40	4,8	6,3	29	190	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	340	8,4	7,9	61,8	350			
Всего за день:		69,2	69,5	296,8	2103			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством В.П. Вантурина /Вантурина Н.П./

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор школы
Трунова Н.Р.

МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
(СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 4

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	10,4	10,2	38,6	292	311	2004	29,05
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,8	4,5	20,5	135	2	2004	20,10
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,8	3,8	18,5	128	693	2004	19,20
АБРИКОС СВЕЖИЙ*	100	0,3	0,3	12,9	56	TK		58,74
Итого за прием пищи:	525	18,3	18,8	90,5	611			
Обед								
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ И ПЕРЦА СЛАДКОГО	60	0,8	4,2	2,4	51	59	2024	16,17
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ, С КУРИЦЕЙ	200	5,3	5,8	29,5	194	300	2024	20,34
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ И СЫРОМ	100	14,8	14,2	10,5	234	54-9р	2022	50,71
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,2	25,3	154	737	2024	29,89
НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	200	0,6	0,2	20,5	85	956	2024	12,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	TK		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	TK		7,20
Итого за прием пищи:	800	30,2	30,4	128,4	916			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПРЯНИК*	50	4,9	6,6	22	168	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,2	55	328			
Всего за день:		57	57,4	273,7	1855			

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	12,9	12,8	48,3	330	311	2004	38,15
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,8	4,5	20,5	135	2	2004	20,10
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,8	3,8	18,5	128	693	2004	19,20
АБРИКОС СВЕЖИЙ*	100	0,3	0,3	12,9	56	TK		58,74
Итого за прием пищи:	575	20,8	21,4	100,2	649			
Обед								
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ И ПЕРЦА СЛАДКОГО	100	1,4	7,2	4,1	88	59	2024	26,90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ, С КУРИЦЕЙ	250	6,8	7,2	37,5	245	300	2024	24,57
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ И СЫРОМ (МИНТАЙ)	100	14,8	14,2	10,5	234	54-9р	2022	50,71
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,2	5,2	32,8	198	737	2024	36,94
НАПИТОК ВИТАМИННЫЙ	200	0,6	0,2	20,5	85	956	2024	12,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	TK		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	TK		7,20
Итого за прием пищи:	920	33,4	35,8	145,6	1048			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПРЯНИК*	50	4,9	6,6	22	168	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,2	55	328			
Всего за день:		62,7	65,4	300,6	2025			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством _____ /Вантурина Н.Р./

Утверждаю:
Директор
ООО "Торговый Дом Марс"



Согласовано:



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
(СТОИМОСТЬ 344,85)

День: 5

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ТЕРТЫМ СЫРОМ	170	10,3	13,8	34,5	310	54-3г	2022	29,67
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	ТК		3,60
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	685	2004	2,32
ТВОРОГ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	7,4	4,5	9,5	107	ПРОМ		50,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		44,03
Итого за прием пищи:	590	19,6	19,2	82,2	585			
Обед								
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКОМ	60	1	6,5	5,3	80	97	2024	10,05
СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,8	5,8	20,5	142	324	2024	22,13
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	125	12,4	10,2	9,5	178	579	2024	65,28
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	6,5	38,2	248	297	2004	15,72
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД	200	0,2	0,1	20,5	82	638	2004	14,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	825	30,4	30,9	134,2	928			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПЕЧЕНЬЕ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335			
Всего за день:		58,5	58,9	271,6	1848			

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ТЕРТЫМ СЫРОМ	200	12,2	15,8	40,8	362	54-3г	2022	32,47
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	ТК		3,60
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	685	2004	2,32
ТВОРОГ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	7,4	4,5	9,5	107	ПРОМ		50,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ*	100	0,3	0,3	12,9	56	ТК		44,03
Итого за прием пищи:	620	21,5	21,2	88,5	637			
Обед								
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКОМ	100	2	8,7	8,9	118	97	2024	16,75
СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250	3,8	7,3	25,6	182	324	2024	27,03
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	125	12,4	10,2	9,5	178	579	2024	65,28
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,3	7,8	47,8	305	297	2004	18,80
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД	200	0,2	0,1	20,5	82	638	2004	14,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,6	19,6	94	ТК		6,00
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	104	ТК		7,20
Итого за прием пищи:	945	34,1	35,9	152,5	1063			
Полдник								
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (ИМУНЕЛЕ)	100	3,6	1,5	10,2	68	ПРОМ		35,00
ПЕЧЕНЬЕ*	50	4,9	7,2	22	175	ПРОМ		23,11
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАКОВКЕ	200	0	0,1	23	92	ПРОМ		16,74
Итого за прием пищи:	350	8,5	8,8	55,2	335			
Всего за день:		64,1	65,9	296,2	2035			

*допускается замена фруктов и кондитерских изделий при соблюдении их массы и пищевой ценности

Зав. производством НБ /Вантурина Н.Р./