

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

(Смирнов А.Н.)



Согласовано:

Директор

МОБУ "Средняя общеобразовательная школа №8 города Волхова"



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МОБУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ГОРОДА ВОЛХОВА"

(СТОИМОСТЬ 137,00)

2024 г.

День: понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1	7	7	2003	12,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	200	4,2	4,3	16	118	139	2004	18,73
БИТОЧЕК РУБЛЕННЫЙ ИЗ КУРИЦЫ	100	13,5	9,6	10,5	187	498	2004	38,70
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,7	6,1	17,8	138	54-9г	2021	19,33
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2004	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, ОБОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	28,7	170	тк	тк	25,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>925</b>	<b>25,9</b>	<b>26,1</b>	<b>107,6</b>	<b>782</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1	7	7	2003	12,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	200	4,2	4,3	15,5	118	139	2004	18,73
РАГУ ИЗ КУРИЦЫ	200	14,1	13,5	28,5	298	54-22м	2021	48,03
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2004	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, ОБОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	28,7	170	тк	тк	25,00
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	35	тк	тк	25,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>845</b>	<b>24,2</b>	<b>23,7</b>	<b>105,5</b>	<b>745</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	0,8	0,2	1,6	13	7	2003	21,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	250	6,5	6,8	19,5	167	139	2004	21,43
БИТОЧЕК РУБЛЕННЫЙ ИЗ КУРИЦЫ	100	13,5	9,6	10,5	187	498	2004	38,70
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,2	7,5	21	166	54-9г	2021	23,20
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2004	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, ОБОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	28,7	170	тк	тк	25,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1045</b>	<b>29</b>	<b>30,1</b>	<b>115,4</b>	<b>865</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	0,8	0,2	1,6	13	7	2003	21,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	250	6,5	6,8	19,5	167	139	2004	21,43
РАГУ ИЗ КУРИЦЫ	250	17,6	16,9	35,6	375	54-22м	2021	52,30
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2004	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, ОБОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	28,7	170	тк	тк	25,00
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	35	тк	тк	25,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>985</b>	<b>30,3</b>	<b>29,7</b>	<b>117,2</b>	<b>877</b>			

Заведующий производством

*ПОПОВА*

/Попова О.Н./

Утверждаю:  
 Директор  
 ООО "Торговый Дом Марс"

\_\_\_\_\_/Смирнов А.Н./



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МОБУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ГОРОДА ВОЛХОВА"**  
 (СТОИМОСТЬ 137,00)

День: вторник  
 Неделя: первая  
 Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	13	54-3з	2021	15,74
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,8	5,5	17,6	135	124	2004	18,21
КУРИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	13,8	12,6	8,8	206	284	2011	37,07
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,5	4,9	37,8	210	54-7г	2021	12,18
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	18	73	638	2004	12,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ГРУША	180	0,6	0,4	18	78	тк	тк	37,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>930</b>	<b>25,6</b>	<b>24,2</b>	<b>117,5</b>	<b>795,2</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	13	54-3з	2021	15,74
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,8	5,5	17,6	135	124	2004	18,21
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	17,6	18,8	36,3	390	492	2004	49,25
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	18	73	638	2004	12,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ГРУША	180	0,6	0,4	18	78	тк	тк	37,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>25,9</b>	<b>25,5</b>	<b>107,2</b>	<b>769,2</b>			

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,1	0,3	4,2	22	54-3з	2021	26,08
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	4,8	7,5	22,4	178	124	2004	23,76
КУРИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	13,8	12,6	8,8	206	284	2011	37,07
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,2	6,1	45,4	252	54-7г	2021	14,86
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	18	73	638	2004	12,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ГРУША	180	0,6	0,4	18	78	тк	тк	37,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1050</b>	<b>27,7</b>	<b>27,6</b>	<b>131,8</b>	<b>889</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,1	0,3	4,2	22	54-3з	2021	26,08
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	4,8	7,5	22,4	178	124	2004	23,76
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	250	21,8	23	45,4	485	492	2004	56,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	18	73	638	2004	12,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ГРУША	180	0,6	0,4	18	78	тк	тк	37,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1020</b>	<b>31,5</b>	<b>31,9</b>	<b>123,0</b>	<b>916</b>			

Заведующий производством \_\_\_\_\_/Попова О.Н./

Утверждаю:  
Директор  
ООО "Торговый Дом Марс"

Осмиров А.Н./



Согласовано:

Директор  
МОБУ "СОШ №8"



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
МОБУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ГОРОДА ВОЛХОВЫЙ"  
(СТОИМОСТЬ 137,00)

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	6,6	53	45	2004	9,56
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	18,3	130	132	2004	18,15
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	130	12,5	8	14,4	180	394	2008	34,10
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,4	5,3	20	145	520	2004	13,67
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	2004	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	40	1,5	6	24,8	160	тк	тк	30,00
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	35	тк	тк	25,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>920</b>	<b>26,6</b>	<b>27,6</b>	<b>115,6</b>	<b>818</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	6,6	53	45	2004	9,56
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	18	130	132	2004	18,15
КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	8,8	8,9	11	160	450	2011	47,34
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,4	5,5	36	228	297	2004	10,43
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	2004	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	40	1,5	6	24,8	160	тк	тк	30,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>920</b>	<b>27,5</b>	<b>28,9</b>	<b>129,8</b>	<b>891</b>			

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,9	5	10,6	95	45	2004	15,90
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,4	5,6	22,8	165	132	2004	22,68
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	130	12,5	8	14,4	180	394	2008	34,10
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,1	6,4	24	174	520	2004	16,47
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	2004	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	40	1,5	6	24,8	160	тк	тк	30,00
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	35	тк	тк	25,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1040</b>	<b>29,3</b>	<b>31,8</b>	<b>128,1</b>	<b>924</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,9	5	10,6	95	45	2004	15,90
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,4	5,6	22,8	165	132	2004	22,68
КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	8,8	8,9	10,5	160	450	2011	47,34
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	10,1	6,8	43,0	276	297	2004	12,07
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9	35	685	2004	1,72
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	40	1,5	6	24,8	160	тк	тк	30,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1040</b>	<b>31,2</b>	<b>33,3</b>	<b>145,5</b>	<b>1016</b>			

Заведующий производством \_\_\_\_\_ /Попова О.Н./

Утверждено:  
 Директор  
 ООО Торговый Дом Марс  
 Смирнов А.Н.



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МОБУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ГОРОДА ВОЛХОВА"**  
 (СТОИМОСТЬ 137,00)

"17" 10 2024 г.

День: четверг  
 Неделя: первая  
 Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	1,6	8,4	54-23з	2021	13,86
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,2	5,4	15,5	126	110	2004	19,26
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	9,8	12,5	3,2	167	431	2004	37,65
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,4	5,5	35,8	228	297	2004	10,43
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
БАНАН	150	1,8	0,6	27	128	тк	тк	35,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>900</b>	<b>26,8</b>	<b>24,6</b>	<b>117,1</b>	<b>812,4</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	1,6	8,4	54-23з	2021	13,86
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,2	5,4	15,5	126	110	2004	19,26
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	150	12,8	12,3	8,8	200	461	2004	40,10
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,4	5,8	32,0	205	332	2004	7,98
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
БАНАН	150	1,8	0,6	27	128	тк	тк	35,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>	<b>26,8</b>	<b>24,7</b>	<b>118,9</b>	<b>822,4</b>			

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0	2,6	14	54-23з	2021	23,09
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	4	7,3	21,9	172	110	2004	24,08
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	9,8	12,5	3,2	167	431	2004	37,65
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	10,1	6,6	43	276	297	2004	12,07
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
БАНАН	150	1,8	0,6	27	128	тк	тк	35,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1020</b>	<b>29,6</b>	<b>27,6</b>	<b>131,7</b>	<b>912</b>			

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0	2,6	14	54-23з	2021	23,09
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	4	7,3	21,9	172	110	2004	24,08
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	150	12,8	12,3	8,8	200	461	2004	40,10
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,5	7,6	38,4	250	332	2004	9,72
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
БАНАН	150	1,8	0,6	27	128	тк	тк	35,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1070</b>	<b>29</b>	<b>28,4</b>	<b>132,7</b>	<b>919</b>			

Заведующий производством \_\_\_\_\_ /Попова О.Н./

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

(Смирнов А.Н.)



Согласовано:

Директор

МОБУ "Средняя общеобразовательная школа №8 города Волхова"

(Смирнов А.Н.)



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
МОБУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ГОРОДА ВОЛХОВА"**

(СТОИМОСТЬ 137,00)

2024 г.

День: пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	13,2	54-3з	2021	15,74
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,2	4,5	12,5	110	135	2004	16,86
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ	100	9,8	9,2	10,8	170	451	2011	43,56
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,4	5,8	32	205	332	2004	7,98
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	18	73	631	2004	8,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, БОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	16,7	125	тк	тк	25,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>920</b>	<b>25,2</b>	<b>25,7</b>	<b>117,1</b>	<b>821,2</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	13,2	54-3з	2021	15,74
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,2	4,5	12,5	110	135	2004	16,86
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	12,9	8,4	10,9	175	388	2004	37,87
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,4	5,5	20,0	145	520	2004	13,67
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	18	73	631	2004	8,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, БОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	16,7	125	тк	тк	25,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>920</b>	<b>26,3</b>	<b>25</b>	<b>105,2</b>	<b>766,2</b>			

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,1	0,3	4,2	22	54-3з	2021	26,08
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,2	6	16,5	140	135	2004	21,08
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ	100	9,8	9,2	10,8	170	451	2011	43,56
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,5	7,6	38,4	250	332	2004	9,72
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	18	73	631	2004	8,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, БОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	16,7	125	тк	тк	25,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1040</b>	<b>27,7</b>	<b>29,2</b>	<b>129,4</b>	<b>905</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,1	0,3	4,2	22	54-3з	2021	26,08
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,2	6	16,5	140	135	2004	21,08
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	12,9	8,4	10,9	175	388	2004	37,87
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,1	6,8	24	174	520	2004	16,47
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	18	73	631	2004	8,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, БОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	16,7	125	тк	тк	25,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1040</b>	<b>28,4</b>	<b>27,6</b>	<b>115,1</b>	<b>834</b>			

Заведующий производством \_\_\_\_\_ /Попова О.Н./

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор

МОБУ "Средняя общеобразовательная школа №8 города Волхова"

/Романов А.К./



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МОБУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ГОРОДА ВОЛХОВА"**  
(СТОИМОСТЬ 137,00)

" 21 " 10 \_\_\_\_\_ 2024 г.

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	1,6	8,4	54-23з	2021	13,86
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	200	4,2	4,3	15,5	118	139	2004	18,73
БИТОЧЕК ИЗ СВИНИНЫ	100	12,8	13,7	10,8	220	451	2011	34,43
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,5	4,9	37,8	210	511	2004	12,18
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0,0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ГРУША	180	0,6	0,4	18	78	тк	тк	37,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>930</b>	<b>24,7</b>	<b>23,9</b>	<b>117,7</b>	<b>789</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	1,6	8,4	54-23з	2021	13,86
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	200	4,2	4,3	15,5	118	139	2004	18,73
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ И РИСОМ	200	16,5	18,8	42	412	386	2011	46,61
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ГРУША	180	0,6	0,4	18	78	тк	тк	37,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>24,9</b>	<b>24,1</b>	<b>111,1</b>	<b>771</b>			

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0	2,6	14	54-23з	2021	23,09
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	250	6,5	6,8	19,5	218	139	2004	21,43
БИТОЧЕК ИЗ СВИНИНЫ	100	12,8	13,7	10,8	220	451	2011	34,43
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,2	6,1	45	252	511	2004	14,86
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ГРУША	180	0,6	0,4	18	78	тк	тк	37,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1050</b>	<b>28,0</b>	<b>27,6</b>	<b>130,3</b>	<b>937</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0	2,6	14	54-23з	2021	23,09
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, С КУРИЦЕЙ	250	6,5	6,8	19,5	218	139	2004	21,43
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ И РИСОМ	250	19,6	21,5	53	495	386	2011	54,00
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ГРУША	180	0,6	0,4	18	78	тк	тк	37,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1020</b>	<b>30,6</b>	<b>29,3</b>	<b>127,1</b>	<b>960</b>			

Заведующий производством \_\_\_\_\_ /Попова О.Н./

Утверждаю:  
 Директор  
 ООО "Торговый Дом Марс"  
 Смирнов А.Н./



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
 МОБУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ГОРОДА ВОЛХОВА"  
 (СТОИМОСТЬ 137,00)

"22 10" 2024 г.

День: вторник  
 Неделя: вторая  
 Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3	6,6	53	45	2004	9,56
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	18,3	130	132	2004	18,15
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12	7,3	8,5	149	374	2004	32,98
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,4	5,3	20	145	520	2004	13,67
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2004	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	40	1,5	6	24,8	160	тк	тк	30,00
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	35	тк	тк	25,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>895</b>	<b>26,1</b>	<b>26,9</b>	<b>110</b>	<b>789</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3,0	7	53	45	2004	9,56
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,3	4,5	18,3	130	132	2004	18,15
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	10,8	9,2	5,8	150	439	2004	33,68
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,3	27,6	162	203	2004	12,97
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2004	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	40	1,5	6	24,8	160	тк	тк	30,00
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	35	тк	тк	25,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>895</b>	<b>24,4</b>	<b>27,8</b>	<b>114,9</b>	<b>807</b>			

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,9	5	10,6	95	45	2004	15,90
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,4	5,6	22,8	165	132	2004	22,68
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12	7,3	8,5	149	374	2004	32,98
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,1	6,4	24	174	520	2004	16,47
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2004	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	40	1,5	6,0	24,8	160	тк	тк	30,00
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	35	тк	тк	25,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1015</b>	<b>28,8</b>	<b>31</b>	<b>122,5</b>	<b>895</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	2	5	11	95	45	2004	15,90
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,4	5,6	22,8	165	132	2004	22,68
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	10,8	9,2	5,8	150	439	2004	33,68
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3,5	5,2	33,1	196	203	2004	15,67
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	9,3	37	686	2004	2,84
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	40	1,5	6	24,8	160	тк	тк	30,00
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	35	тк	тк	25,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1015</b>	<b>27,0</b>	<b>31,8</b>	<b>128,9</b>	<b>918</b>			

Заведующий производством \_\_\_\_\_ /Попова О.Н./

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

(Смирнов А.Н.)



Согласовано

Директор

МОБУ СОШ №8 г. Волкова

(Романов А.Ю.)



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
МОБУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ГОРОДА ВОЛКОВА"**

(СТОИМОСТЬ 137,00)

День: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	13	54-3з	2021	15,74
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3	4,8	14,5	114	181	2004	21,42
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУРИЦЫ	100	12,8	13,5	7,5	205	360	2011	40,06
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,4	5,8	32	205	332	2004	7,98
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	18	73	638	2004	12,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
БАНАН	150	1,8	0,6	27	128	тк	тк	35,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>900</b>	<b>26,9</b>	<b>25,5</b>	<b>116,3</b>	<b>818</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	13,2	54-3з	2021	15,74
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3	4,8	14,5	114	181	2004	21,42
КУРИЦА ТУШЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	100	13,8	13,6	9	206	54-25м	2021	35,86
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,5	4,9	37,8	210	54-7г	2021	12,18
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	18	73	638	2004	12,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
БАНАН	150	1,8	0,6	27	128	тк	тк	35,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>900</b>	<b>26</b>	<b>24,7</b>	<b>123,4</b>	<b>824,2</b>			

Возрастная категория: 12 лет и старше

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,1	0,3	4,2	22	54-3з	2021	26,80
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	3,8	6,3	18,5	145	181	2004	25,67
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУРИЦЫ	100	12,8	13,5	7,5	205	360	2011	40,06
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,5	7,6	38,4	250	332	2004	9,72
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	18	73	638	2004	12,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
БАНАН	150	1,8	0,6	27	128	тк	тк	35,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1020</b>	<b>29,2</b>	<b>29</b>	<b>128,6</b>	<b>903</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,1	0,3	4,2	22	54-3з	2021	26,08
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	3,8	6,3	18,5	145	181	2004	25,67
КУРИЦА ТУШЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	100	13,8	13,6	9	206	54-25м	2021	35,86
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,2	6,1	45,4	252	54-7г	2021	14,86
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,1	18	73	638	2004	12,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
БАНАН	150	1,8	0,6	27	128	тк	тк	35,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1020</b>	<b>27,9</b>	<b>27,6</b>	<b>136,9</b>	<b>906</b>			

Заведующий производством \_\_\_\_\_ /Попова О.Н./



Утверждаю:  
 Директор  
 ООО "Торговый Дом Марс"

*Смирнов А.Н.*



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
 МОБУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ГОРОДА ВОЛХОВА"**  
 (СТОИМОСТЬ 137,00)

"24" 10 2024 г.

День: четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0	1	7,1	7	2003	12,60
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ	200	3,5	4,5	15,4	118	140	2004	16,14
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	16,1	15,3	28,3	323	436	2004	47,46
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, ОБОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	28,7	170	тк	тк	25,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>25,1</b>	<b>25,9</b>	<b>117,2</b>	<b>818,1</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1	7,1	7	2003	12,60
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ	200	3,5	4,5	15,4	118	140	2004	16,14
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	15,2	14,5	18	265	54-10м	2021	47,46
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, ОБОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	28,7	170	тк	тк	25,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>24,2</b>	<b>25,1</b>	<b>106,4</b>	<b>760,1</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	0,8	0	1,6	13	7	2003	18,90
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ	250	4,4	5,5	19,5	145	140	2004	20,17
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	20,1	19,3	35,4	405	436	2004	53,09
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, ОБОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	28,7	170	тк	тк	25,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1010</b>	<b>30,3</b>	<b>31</b>	<b>129</b>	<b>933</b>			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	0,8	0,2	1,6	13	7	2003	18,90
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ	250	4,4	5,5	19,5	145	140	2004	20,17
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	19	18,2	22	335	54-10м	2021	53,09
СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ	200	0,1	0	19	75	тк	тк	16,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ПЕЧЕНЬЕ, ОБОГАЩЕННОЕ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,5	5	28,7	170	тк	тк	25,00
ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	45	тк	тк	15,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1010</b>	<b>29,2</b>	<b>29,9</b>	<b>115,5</b>	<b>863</b>			

Заведующий производством *А.О.П.* /Попова О.Н./

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
МОБУ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ГОРОДА ВОЛХОВА»  
(СТОИМОСТЬ 137,00)

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

25.10.24

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	1,6	8,4	54-23з	2021	13,86
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,2	5,4	15,5	126	110	2004	19,26
ГУЛЯШ	125	10,4	13	15,5	225	437	2004	55,59
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,4	5,5	35,8	228	297	2004	10,43
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	18	73	631	2004	8,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	35	тк	тк	25,00
Итого за прием пищи:	875	26,5	24,8	108,9	775,4			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0	1,6	8,4	54-23з	2021	15,74
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,2	5,4	15,5	126	110	2004	19,26
ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ РУБЛЕННЫЙ	100	12,8	11,8	10,8	204	452	2011	44,16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,4	5,8	32	205	332	2004	7,98
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	18	73	631	2004	8,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ГРУША	180	0,6	0,4	18	78	тк	тк	37,00
Итого за прием пищи:	930	25,7	24	110,9	774,4			

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0	2,6	14	54-23з	2021	23,09
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	4	7,3	21,9	172	110	2004	24,08
ГУЛЯШ	125	10,4	13	15,5	225	437	2004	55,59
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	10,1	6,8	43	276	297	2004	12,56
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	18	73	631	2004	8,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	35	тк	тк	25,00
Итого за прием пищи:	995	29,3	28	123,5	876			

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Обед</b>								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0	2,6	14	54-23з	2021	19,41
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	4	7,3	21,9	172	110	2004	24,08
ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ РУБЛЕННЫЙ	100	12,8	11,8	10,8	204	452	2011	44,16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,5	7,6	38,4	250	332	2004	9,72
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,1	18	73	631	2004	8,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,6	15	80	тк	тк	4,80
ГРУША	180	0,6	0,4	18	78	тк	тк	37,00
Итого за прием пищи:	1050	27,9	28	124,7	871			

Заведующий производством Юли /Попова О.Н./