

ООО «Торговый Дом Марс»



Согласовано

Директор МКОУ «Лодейнополюльская СОШ №2»



Исакова О.А.



МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнополюльского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« 11 » 05 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
ЗАВТРАК – 40,00 руб.					
Изделия колбасные вареные (сосиски)	50	7,05	12,10	0,23	142,30
Макаронные изделия отварные	180	6,43	5,26	44,42	252,87
Огурец свежий в нарезке	30	0,21	0,64	0,00	3,50
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Кондитерское изделие (вафля)	40	3,50	3,50	25,00	149,40
Итого за завтрак:		18,81	21,66	95,49	652,73
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,33	8,17	6,57	104,58
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,35	7,30	21,23	123,55
Биточек мясной рубленый	100	16,50	15,84	19,91	307,60
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,08	7,46	47,64	319,10
Напиток апельсиновый с витамином «С»	180	0,10	0,04	26,90	112,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,65	0,29	9,42	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Итого за обед:		33,53	39,26	142,51	1068,82

Зав. производством Кайваничева А.В.

Кайваничева А.В.

ООО «Торговый Дом Марс»



Согласовано

Директор МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»



Исакова О.А.



МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« 12 » 05 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
ЗАВТРАК – 40,00 руб.					
Птица тушеная (филе)	50/50	13,80	14,80	9,84	238,56
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,08	7,46	47,64	319,10
Помидор свежий в нарезке	30	0,21	0,64	0,00	3,50
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Итого за завтрак:		25,71	23,06	83,32	665,82
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	2,72	7,04	9,51	112,22
Суп картофельный с горохом	250	5,50	6,53	24,00	175,80
Гуляш мясной	50/50	14,60	16,13	7,67	251,31
Макаронные изделия отварные	180	6,43	5,26	44,42	252,87
Компот из изюма с витамином «С»	180	1,30	0,10	32,40	130,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,65	0,29	9,42	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	47,00
Итого за обед:		33,72	35,51	138,26	1019,03

Зав. производством Кайваничева А.В.

Кайваничева А.В.

ООО «Торговый Дом Марс»



Согласовано

Директор МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»



Исакова О.А.



МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« 13 » 05 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
ЗАВТРАК – 40,00 руб.					
Котлета рубленая из птицы	70	11,10	11,50	11,80	195,00
Соус томатный	50	0,50	2,34	3,17	36,70
Макаронные изделия отварные	180	6,43	5,26	44,42	252,87
Огурец свежий в нарезке	30	0,21	0,64	0,00	3,50
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Итого за завтрак:		19,86	19,90	85,23	592,73
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,33	8,17	6,57	104,58
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,43	7,88	18,48	142,31
Печень по-строгановски	50/50	13,26	12,23	7,70	203,60
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,08	7,46	47,64	319,10
Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	0,50	0,10	31,20	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,65	0,29	9,42	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Итого за обед:		30,77	36,29	131,85	1002,58

Зав. производством Кайваничева А.В.

ООО «Торговый Дом Марс»



Согласовано

Директор МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»



Исаикова О.А.



МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« 14 » 05 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
ЗАВТРАК – 40,00 руб.					
Омлет натуральный	200	17,82	27,53	4,76	336,50
Зеленый горошек консервированный отварной	30	0,60	0,20	1,66	11,82
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Кондитерское изделие (пряник)	20	3,75	3,50	39,75	209,00
Итого за завтрак:		23,79	31,39	72,01	661,98
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат из белокочанной капусты (ранней)	100	2,72	7,04	9,51	112,22
Суп из овощей	250	2,30	6,68	20,68	156,28
Плов из птицы	200	20,40	18,80	38,60	448,60
Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	0,50	0,10	31,20	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,65	0,29	9,42	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	47,00
Итого за обед:		29,09	33,07	120,25	944,93

Зав. производством Кайваничева А.В.