

ООО «Торговый Дом Марс»



Согласовано

Директор МКОУ «Лодейнополюская СОШ №2»

Исакова Исакова О.А.



МЕНЮ

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

Возрастная категория 11 лет и старше

«10/» 03 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
Каши 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
Гуляши мясной	100	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

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

« 11 » 03 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.					
Каша пшеничная молочная	200	6,32	7,12	31,08	207,60
Бутерброд с маслом сливочным	20\10	2,40	8,60	14,60	146,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Йогурт «Растушка» 3% в стаканчике	110	3,30	3,50	4,00	65,00
Итого за завтрак:		12,12	19,22	64,68	471,10
ОБЕД – 68,00 руб.					
Огурец соленый в нарезке	60	0,48	0,60	1,02	12,00
Рассольник Ленинградский	250	2,00	4,78	22,68	145,57
Котлета рыбная рубленая	100	12,54	6,23	9,90	161,37
Картофель тушеный	180	4,91	12,31	29,52	255,66
Напиток лимонный с витамином «С»	180	0,10	0,04	18,90	73,00
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:		23,20	24,41	102,28	744,43

Зав. производством Кайваничева А.В.

Кайваничева А.В.

ООО «Торговый Дом Марс»



Согласовано

Директор МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

Исакова Исакова О.А.



МЕНЮ

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

Возрастная категория 11 лет и старше

« 12 » 03 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.					
Запеканка из творога с морковью	150	22,66	20,06	37,88	421,30
Соус яблочный	50	0,04	0,04	8,52	34,70
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	52,16
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Мандарин свежий	100	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за завтрак:		24,92	20,86	86,94	631,16
ОБЕД – 68,00 руб.					
Винегрет овощной	100	1,38	9,98	9,84	141,43
Суп картофельный с вермишелью	250	3,57	6,53	24,50	181,30
Голубцы ленивые	200	18,00	22,50	28,70	419,20
Компот из свежих яблок с витамином «С»	200	0,18	0,09	28,00	118,37
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,65	0,29	9,42	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	47,00
Итого за обед:		26,30	39,55	111,30	957,13

Зав. производством Кайваничева А.В.

Кайваничева