

ООО «Торговый Дом Марс»



Директор МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»



Исакова О.А.



МЕНЮ

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

Возрастная категория 7 - 11 лет

« 19 » 04 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	150	13,40	20,70	3,58	253,00
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:		19,37	24,56	70,83	578,48
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат картофельный с морковью и кукурузой	60	1,64	4,24	5,73	67,60
Суп из овощей с курой	200/15	1,84	5,34	16,54	125,02
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:		27,55	28,93	112,33	869,05

Зав. производством Кайваничева А.В.

ООО «Торговый Дом Марс»



Директор МКОУ



Согласовано

Годейнопольская СОШ №2»

Исакова О.А.



МЕНЮ

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

Возрастная категория 7 - 11 лет

« 20 » 04 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	150	8,40	6,22	39,70	265,91
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:		24,03	21,82	75,38	612,63
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,24	5,73	67,60
Суп картофельный с горохом, с курой	200/10	4,40	5,22	19,20	140,64
Гуляш мясной	50/50	14,60	16,13	7,67	251,31
Макаронные изделия отварные	150	5,36	4,38	37,02	210,72
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:		30,47	30,52	122,28	897,10

Зав. производством 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 7 - 11 лет

« 21 » 04 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.					
Пудинг из творога запеченный	150	22,56	16,42	40,77	395,40
Соус молочный (сладкий)	50	0,97	2,29	6,63	50,80
Хлеб пшеничный обогащенный	20	1,52	0,16	10,84	47,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	52,50
Кондитерское изделие (печенье)	25	2,50	3,50	35,00	209,00
Итого за завтрак:		27,65	22,37	108,24	754,70
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат картофельный с морковью и кукурузой	60	1,64	4,24	5,73	67,60
Уха с крупой	200/15	6,36	4,58	14,86	129,60
Бефстроганов из филе птицы	50/50	15,20	23,10	9,12	314,54
Рис отварной	150	3,48	4,85	42,80	238,90
Компот из свежих яблок с витамином «С»	180	0,18	0,09	15,50	61,20
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:		30,03	37,31	108,27	913,83

Зав. производством Кайваничева А.В.

ООО «Торговый Дом Марс»



Директор МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»



Согласовано

Исакова О.А.



МЕНЮ

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

Возрастная категория 7 - 11 лет

« 22 » 04 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	150	5,27	5,93	25,90	173,00
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:		11,07	18,03	59,50	436,50
ОБЕД – 68,00 руб.					
Огурец соленый в нарезке	60	0,48	0,60	1,02	12,00
Рассольник Ленинградский с курой	200/15	1,66	3,98	18,90	121,31
Котлета рыбная рубленая	90	11,40	5,66	9,00	146,70
Картофель тушеный	150	4,09	10,26	24,60	213,05
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:	725	20,90	20,99	92,68	662,89

Зав. производством Кайваничева А.В.

ООО «Торговый Дом Марс»



Согласовано
Директор МКОУ «Лодейнополюска СОШ №2»



Ткакова О.А.



МЕНЮ

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

Возрастная категория 7 - 11 лет

« 23 » 04 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	150	5,36	4,38	37,02	210,72
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:		18,79	19,02	77,83	550,58
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,80	4,92	3,96	63,00
Щи из свежей капусты с картофелем, с курой	200/20	1,94	6,30	18,48	142,31
Печень по-строгановски	50/50	13,26	12,23	7,70	203,60
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,40	6,22	39,70	265,91
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:		28,07	30,22	121,30	907,81

Зав. производством Кайваничева А.В.