

Утверждаю:

Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

Исакова О.А./



## МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»

(стоимость 108,00)

« 10 » 01 2022 г

### Возрастная категория 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
<b>День 1</b>								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	250	8,8	10,8	41,6	298,9	311	18,44
	Бутерброд с маслом сливочным	30	2,4	8,6	14,6	146	1	7,90
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	337	9,56
	Какао с молоком	180	3	2,8	12,2	84,6	693	6,28
	Кондитерское изделие (печенье)	50	1,3	3,5	35	181,4	т/к	9,28
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>20,6</b>	<b>30,3</b>	<b>103,7</b>	<b>773,9</b>		
Обед	Морковь с сахаром	100	1,3	0,2	10,5	44,8	11	7,53
	Щи из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной	255	3,9	6,9	15,6	143,8	124	10,55
	Курица тушеная в сметанном соусе	100	11,8	10,8	2,9	156	301	29,50
	Макаронные изделия отварные	180	6,4	5,5	38,4	232,8	332	8,79
	Компот из свежих яблок	180	0,2	0,1	15,5	61,2	631	5,47
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>865</b>	<b>27</b>	<b>24,7</b>	<b>99,9</b>	<b>729,2</b>		
<b>Итого за 1 день:</b>		<b>1415</b>	<b>47,6</b>	<b>55</b>	<b>203,6</b>	<b>1503,1</b>		<b>108,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

*Кайваничева А.В.*



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



Согласовано:  
Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»  
Исакова О.А./

**МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
(стоимость 10800)

« 11 » 01 2022 г

Возрастная категория 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
<b>День 2</b>								
Завтрак	Запеканка из творога	200	34,1	21,7	33,3	452,6	54-1т	42,41
	Молоко сгущенное	20	1,5	1,7	11,3	65,6	т/к	3,80
	Чай с сахаром	200	0,1	0	10	43	685	1,42
	Яблоко свежее	130	0,6	0,5	15,3	70,5	т/к	12,51
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>36,3</b>	<b>24,5</b>	<b>80,2</b>	<b>631,7</b>		
Обед	Салат витаминный	100	1,6	4,6	11,1	90,2	40	11,04
	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	3	5,3	16,4	126,5	140	7,38
	Плов из отварной курицы	220	14,2	16,7	39,7	375,6	304	37,40
	Компот из изюма	180	0,3	0,1	18,1	72,9	638	4,34
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>800</b>	<b>22,5</b>	<b>27,9</b>	<b>102,3</b>	<b>755,8</b>		
<b>Итого за 2 день:</b>		<b>1350</b>	<b>60,3</b>	<b>52,4</b>	<b>182,5</b>	<b>1387,5</b>		<b>108,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

*Кайваничева*

Утверждаю:

Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

Исакова О.А./



**МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
(стоимость 108,00)

« 12 » 07 2022 г

Возрастная категория 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
<b>День 3</b>								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7	7,9	34,5	230	297	14,06
	Багон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	т/к	2,40
	Чай с сахаром и лимоном	205	0,1	0	10	43	686	2,26
	Йогурт фруктовый в стаканчике	125	3,3	3,5	4	65	к/к	25,00
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>11,9</b>	<b>12</b>	<b>58,8</b>	<b>390,4</b>		
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,6	5	7,6	83,2	45	13,42
	Рассольник ленинградский с курицей и сметаной	255	3,9	7,9	25,8	195	132	13,23
	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	16	7,4	8,8	157,9	390	27,22
	Пюре картофельное	180	3,7	6,5	24,4	175,3	520	17,61
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	28,1	109	639	5,10
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>865</b>	<b>29,1</b>	<b>28,1</b>	<b>111,7</b>	<b>811</b>		
<b>Итого за 3 день:</b>		<b>1415</b>	<b>41,1</b>	<b>40,1</b>	<b>170,5</b>	<b>1201,4</b>		<b>108,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

*Кайваничева А.В.*

Утверждаю:

Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

Исакова О.А./



**МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
(стоимость 108,00)

« 13 » 01. 2022 г

Возрастная категория 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
День 4								
Завтрак	Каша рисовая молочная	250	6,1	9,7	37,3	262,5	311	16,48
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	т/к	2,40
	Какао с молоком	180	3	2,8	12,2	84,6	693	9,28
	Мандарин свежий	100	0,4	0,4	10,3	47,5	т/к	15,27
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>11</b>	<b>13,5</b>	<b>70,1</b>	<b>447</b>		
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1,5	5,5	8,4	89,2	64	8,27
	Борщ из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной	255	4,4	8,8	15,6	163,3	110	10,63
	Гуляш	100	14,6	16,8	3,9	221	437	32,92
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,1	6,6	44,2	280,8	297	13,14
	Компот из свежих яблок и изюмом	180	0,3	0,1	18,1	72,9	638	4,91
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>865</b>	<b>34,3</b>	<b>39</b>	<b>107,2</b>	<b>917,8</b>		
<b>Итого за 4 день:</b>		<b>1415</b>	<b>45,3</b>	<b>52,5</b>	<b>177,3</b>	<b>1364,8</b>		<b>108,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

*Кайваничева А.В.*



Утверждаю:  
Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

/Смирнов А.Н./



Согласовано:  
Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

/Исакова О.А./

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
(стоимость 108,00)

« 14 » 01 2022 г

Возрастная категория 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
<b>День 5</b>								
Завтрак	Омлет натуральный	200	17,2	27,5	4,6	325,9	340	35,37
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	т/к	2,40
	Чай с сахаром	200	0,1	0	10	43	685	1,42
	Груша свежая	130	0,6	0,5	15,3	70,5	т/к	18,65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>19,4</b>	<b>28,6</b>	<b>40,2</b>	<b>491,8</b>		
Обед	Морковь с сахаром	100	1,3	0,2	10,5	44,8	11	7,53
	Суп картофельный с горохом, с курицей	250	5,3	4,6	28,5	181,5	139	9,76
	Фрикадельки из мяса птицы (курица)	100	13,6	13,3	10,8	217,9	360	29,96
	Соус томатный	30	0,3	1,6	2,2	20,7	593	1,75
	Макаронные изделия отварные	180	6,4	5,5	38,4	232,8	332	8,79
	Компот из свежих груш	180	0,2	0,1	15,5	61,2	631	6,67
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>890</b>	<b>30,5</b>	<b>25,3</b>	<b>122,8</b>	<b>849,5</b>		
<b>Итого за 5 день:</b>		<b>1440</b>	<b>49,9</b>	<b>53,9</b>	<b>164,7</b>	<b>1341,3</b>		<b>108,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

Утверждаю:



Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

/Смирнов А.Н./

Согласовано:



Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

/Исакова О.А./

### МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»

(стоимость 108,00)

« 17 » 09 2022 г

Возрастная категория 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
День 6								
Завтрак	Каша овсяная молочная	250	10,7	14,3	39,4	338,5	302	20,26
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	т/к	2,40
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,6	63	337	9,56
	Чай с сахаром и лимоном	205	0,1	0	10	43	686	6,28
	Кондитерское изделие (печенье)	50	1,3	3,5	35	181,4	т/к	2,26
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>565</b>	<b>18,7</b>	<b>23</b>	<b>95</b>	<b>678,3</b>		
Обед	Огурец соленый	100	0,8	0	1,7	13,1	7	17,32
	Суп из овощей с курицей и сметаной	255	5	5,4	10,6	115,9	135	11,00
	Запеканка из печени с рисом	100	12,5	19,2	16,7	310	294	28,41
	Соус сметанный	30	0,4	1,5	1,8	22,2	600	1,73
	Пюре картофельное	180	3,7	6,5	240,4	175,3	520	17,61
	Компот из свежих яблок	180	0,2	0,1	15,5	61,2	631	5,47
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>895</b>	<b>25,2</b>	<b>29,5</b>	<b>83,9</b>	<b>788,3</b>		
<b>Итого за 6 день:</b>		<b>1460</b>	<b>43,9</b>	<b>52,5</b>	<b>178,9</b>	<b>1466,6</b>		<b>108,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.



**МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»**  
 (стоимость 108,00)

« 18 » 09. 2022 г

Возрастная категория 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
<b>День 7</b>								
Завтрак	Запеканка из творога	200	34,1	21,7	33,3	452,6	54-1т	42,41
	Молоко сгущенное	20	1,5	1,7	11,3	65,6	т/к	3,80
	Чай с сахаром	200	0,1	0	10	43	2004	1,42
	Яблоко свежее	130	0,6	0,5	15,3	70,5	т/к	10,26
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>36,3</b>	<b>24,5</b>	<b>80,2</b>	<b>631,7</b>		
Обед	Салат витаминный	100	1,6	4,6	11,1	90,2	40	11,04
	Суп с макаронными изделиями и картофелем, с курицей	250	3	5,3	16,4	126,5	140	9,21
	Биточек рубленый из мяса птицы (курица)	100	12,5	11,2	10,5	188,8	498	30,96
	Соус томатный	30	0,3	1,6	2,2	20,7	593	1,75
	Каша перловая рассыпчатая	180	5,5	8,1	37,8	250,8	297	6,35
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,1	28,1	109	639	5,10
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>890</b>	<b>26,8</b>	<b>32,1</b>	<b>123,1</b>	<b>876,6</b>		
<b>Итого за 7 день:</b>		<b>1440</b>	<b>63,1</b>	<b>56,6</b>	<b>203,3</b>	<b>1508,3</b>		<b>108,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

Утверждаю:

Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор  
МКОУ «Лудейнопольская СОШ №2»

Исакова О.А./



### МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МКОУ «ЛУДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»

(стоимость 108,00)

« 19 » 01 2022 г

Возрастная категория 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
<b>День 8</b>								
Завтрак	Каша манная молочная	250	9,5	9,8	64,6	394	311	16,25
	Сыр порциями	20	3,5	4,4	0	54	97	11,34
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	т/к	2,40
	Какао с молоком	180	3	2,8	12,2	84,6	693	8,80
	Мандарин свежий	100	0,4	0,4	10,3	47,5	т/к	14,81
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>570</b>	<b>17,9</b>	<b>17,9</b>	<b>97,4</b>	<b>632,5</b>		
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1,5	5,5	8,4	89,2	64	8,27
	Суп картофельный с крупой и рыбой	250	8	6,1	18,6	162	181	13,16
	Голубцы ленивые	200	15,4	14,5	11,6	237,7	386	33,85
	Чай с сахаром	200	0,1	0	10	43	685	1,42
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>800</b>	<b>28,4</b>	<b>27,3</b>	<b>65,7</b>	<b>622,5</b>		
<b>Итого за 8 день:</b>		<b>1370</b>	<b>46,3</b>	<b>45,2</b>	<b>163,1</b>	<b>1255</b>		<b>108,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.



Утверждаю:

Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

Исакова О.А./



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
(стоимость 108,00)

« 20 » 01 2022 г

Возрастная категория 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
<b>День 9</b>								
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	200	6	8,2	31,8	224,8	311	14,95
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	т/к	2,40
	Чай с сахаром и лимоном	205	0,1	0	10	43	686	2,26
	Йогурт фруктовый в стаканчике	125	3,3	3,5	4	65	т/к	25,00
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>9,4</b>	<b>10,3</b>	<b>48,2</b>	<b>329,4</b>		
Обед	Морковь с сахаром	100	1,3	0,2	10,5	44,8	11	7,53
	Суп картофельный с горохом, с курицей	250	5,3	4,6	28,5	181,5	139	9,76
	Гуляш	100	14,6	16,8	3,9	221	437	32,92
	Макаронные изделия отварные	180	6,4	5,5	38,4	232,8	332	8,79
	Компот из кураги	180	0,3	0,1	18,1	72,9	638	10,69
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>860</b>	<b>31,3</b>	<b>28,4</b>	<b>116,4</b>	<b>843,6</b>		
<b>Итого за 9 день:</b>		<b>1410</b>	<b>42,2</b>	<b>40,7</b>	<b>172,5</b>	<b>1228,8</b>		<b>108,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

Утверждаю:



Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

Смирнов А.Н./

Согласовано:



Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

Исакова О.А./

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
(стоимость 108,00)

« 21 » 09 2022 г

Возрастная категория 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	9	
День 10								
Завтрак	Омлет натуральный	200	17,2	27,5	4,6	325,9	340	35,37
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	т/к	2,40
	Чай с сахаром	200	0,1	0	10	43	685	1,42
	Яблоко свежее	130	0,6	0,5	15,3	70,5	т/к	12,78
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>19,4</b>	<b>28,6</b>	<b>40,2</b>	<b>491,8</b>		
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,6	5	7,6	83,2	45	13,42
	Борщ из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной	255	4,4	8,8	15,6	163,3	110	10,63
	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	16	7,4	7,8	157,9	390	27,22
	Картофель тушеный	180	6,3	12,1	27,1	249,6	216	17,14
	Напиток лимонный	180	0,1	0	18,9	73	699	3,92
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	90,6	т/к	3,70
<b>Итого за обед:</b>		<b>865</b>	<b>31,8</b>	<b>34,5</b>	<b>94</b>	<b>817,6</b>		
<b>Итого за 10 день:</b>		<b>1415</b>	<b>51,2</b>	<b>63,1</b>	<b>131,5</b>	<b>1235,1</b>		<b>108,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

*Кайваничева А.В.*