



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
 МКОУ «ЛУДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
 (стоимость 125,00)

« 09 » 09 2023 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	41,4	296	311	22,12
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52	т/к	3,00
	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	57	337	12,06
	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,5	94	693	15,50
	Кондитерское изделие (печенье)	40	2,5	3,4	15,3	101	т/к	8,25
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>20,9</b>	<b>21,9</b>	<b>80,8</b>	<b>600</b>		
Обед	Морковь с сахаром	100	2	0,2	14,9	68	78	8,76
	Щи из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной	255	2,6	8,4	16	149	124	12,37
	Курица тушеная в сметанном соусе	100	11,8	10,8	6,4	161	301	33,21
	Макаронные изделия отварные	180	6,8	6	43	253	332	10,68
	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	25	103	631	5,75
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	91	т/к	5,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>865</b>	<b>26,4</b>	<b>26,7</b>	<b>122,3</b>	<b>825</b>		
<b>Итого за 1 день:</b>			<b>47,3</b>	<b>48,6</b>	<b>203,1</b>	<b>1425</b>		<b>125,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

*Кайваничева А.В.*



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
 МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
 (стоимость 125,00)

«10» 01 2023 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 со сгущенным молоком	200	22,8	20,2	46	450	54-1т	49,77
	Батон пшеничный	20	1,5	0,6	10,3	52	т/к	3,00
	Чай с сахаром	200	0,1	0	10	43	685	1,52
	Яблоко свежее	130	0,6	0,6	13,3	61	т/к	13,00
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>25</b>	<b>21,4</b>	<b>79,6</b>	<b>606</b>		
Обед	Салат витаминный	100	1,7	4,7	11,1	90	40	12,59
	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	4,4	5,3	22,9	157	140	9,50
	Плов из отварной курицы	220	15,1	16,7	39,7	369	304	37,42
	Компот из изюма	180	0,1	0,1	20	81	638	6,92
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	91	т/к	5,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>800</b>	<b>24,7</b>	<b>28</b>	<b>110,7</b>	<b>788</b>		
<b>Итого за 2 день:</b>			<b>49,7</b>	<b>49,4</b>	<b>190,3</b>	<b>1394</b>		<b>125,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

Утверждено:

Директор

ООО «Торговый Дом Марс»

«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 125,00)

« 11 » 01 2023 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	7,8	8,7	39	260	297	17,81
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52	т/к	3,00
	Чай с сахаром и лимоном	205	0,1	0	10	43	686	2,53
	Йогурт фруктовый в стаканчике	125	6	5,9	12,5	128	т/к	31,50
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>15,4</b>	<b>15,2</b>	<b>71,8</b>	<b>483</b>		
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,7	6,5	9,3	96	45	13,84
	Рассольник ленинградский с курицей и сметаной	255	6	8,1	27,1	205	132	13,46
	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	14,7	9,5	13,1	197	390	25,21
	Пюре картофельное	180	3,7	6,5	25,4	175	520	20,21
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,1	0,1	25	101	639	5,25
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	91	т/к	5,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>865</b>	<b>29,6</b>	<b>31,9</b>	<b>116,9</b>	<b>865</b>		
<b>Итого за 3 день:</b>			<b>45</b>	<b>47,1</b>	<b>188,7</b>	<b>1348</b>		<b>125,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

*Кайваничева А.В.*

Утверждено:



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 125,00)

« 12 » 01 2023 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	200	8,2	7,1	38	247	311	18,81
	Бутерброд с маслом сливочным	30	3,3	8,5	10,4	131	1	10,00
	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,5	94	693	15,50
	Яблоко свежее	120	0,6	0,6	13,3	61	т/к	12,82
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>15,4</b>	<b>19,3</b>	<b>75,2</b>	<b>533</b>	<b>550</b>	
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1,5	5,5	8,3	88	54-13р	9,74
	Борщ из свежей капусты с картофелем вегетарианский	250	1,6	4,5	16	110	54-14с	9,36
	Гуляш мясной	100	12,8	10,8	4,9	168	437	33,29
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,1	6,6	44,2	281	297	13,90
	Напиток лимонный	180	0,1	0,1	28	112	699	4,70
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	1,2	17	91	т/к	5,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>860</b>	<b>29,5</b>	<b>28,7</b>	<b>118,4</b>	<b>850</b>		
<b>Итого за 4 день:</b>			<b>44,9</b>	<b>48</b>	<b>193,6</b>	<b>1383</b>		<b>125,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

Утверждено:

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 125,00)

« 13 » 01 2023 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	17,3	20,9	4,7	278	340	43,71
	Батон пшеничный обогащенный	20	1,5	0,6	10,3	52	т/к	3,00
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	685	1,52
	Кондитерское изделие (пряник)	30	1,3	1,7	25,2	118	т/к	5,40
	Мандарин свежий	100	0,6	0,6	13,3	61	т/к	17,36
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>20,8</b>	<b>23,8</b>	<b>68,5</b>	<b>569</b>		
Обед	Морковь с сахаром	100	2	0,2	14,9	68	11	8,76
	Суп картофельный с горохом, с курицей	250	5,3	8,4	29,5	215	139	10,52
	Фрикадельки из мяса птицы (курица) в соусе	110	11,3	10,8	8,3	175	360	26,49
	Макаронные изделия отварные	180	6,8	6	43	253	332	10,68
	Компот из свежих яблок и изюма	180	0,1	0,1	20	81	638	6,66
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,4	1,2	17	91	т/к	5,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>870</b>	<b>28,6</b>	<b>26,7</b>	<b>132,7</b>	<b>883</b>		
<b>Итого за 5 день:</b>			<b>49,4</b>	<b>50,5</b>	<b>201,2</b>	<b>1452</b>		<b>125,00</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

*Кайваничева А.В.*