

Утверждаю:

Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

  
/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

  
Исаикова О.А./

### МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»

(стоимость 125,00)

«12» 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 1            |   |              |                  |      |          |                         |             |            |
| 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       |
| Итого за завтрак: |   | 550          | 20,9             | 21,9 | 80,8     | 600                     |             |            |
| 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       |
| Итого за обед:    |   | 865          | 26,4             | 26,7 | 122,3    | 825                     |             |            |
| Итого за 1 день:  |   |              | 47,3             | 48,6 | 203,1    | 1425                    |             | 125,00     |

Зав. производством Кайваничева А.В.



Утверждаю

Директор

ООО «Торговый Дом Марс»

/Смирнов А.Н./



Согласовано:

Директор

МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

Исакова /Исакова О.А./

## МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»

(стоимость 125,00)

«13» 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 2                   |   |              |                  |             |              |                         |             |               |
| Завтрак                  | Запеканка из творога со сгущенным молоком                   | 180          | 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.

Кайваничева

Утверждаю:



Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

*Исакова* /Исакова О.А./

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

«14» 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 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*

Утверждаю:

Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»

 /Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

 /Исаикова О.А./

## МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
(стоимость 125,00)

« 15 » 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 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.



Утверждаю:

Директор  
ООО «Торговый Дом Марс»



Согласовано:

Директор  
МКОУ «Лодейнопольская СОШ №2»

*Исакова* /Исакова О.А./

## МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МКОУ «ЛОДЕЙНОПОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
(стоимость 125,00)

« 16 » 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 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          |
|                          | Груша свежая                               | 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*