

ООО «Торговый Дом Марс»

Согласовано  
Директор МБОУ «СОШ №1 г. Пикалево»

Карганова Ю.Н.



# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных бюджетных образовательных учреждениях Бокситогорского района

Возрастная категория 7 - 11 лет

« 1 » апреля 2021 г.

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции (гр) | Пищевые вещества (гр) |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------|-------------------|-----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                                             |                   | Белки                 | Жиры         | Углеводы      |                               |
| 1                                           | 2                 | 3                     | 4            | 5             | 6                             |
| <b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>                 |                   |                       |              |               |                               |
| Птица тушеная (филе)                        | 50/50             | 13,80                 | 14,80        | 9,84          | 238,56                        |
| Рис отварной                                | 150               | 3,48                  | 4,85         | 42,80         | 238,90                        |
| 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                         |
| <b>Итого за завтрак:</b>                    |                   | <b>19,50</b>          | <b>20,01</b> | <b>80,14</b>  | <b>593,94</b>                 |
| <b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>                    |                   |                       |              |               |                               |
| Огурец соленый в нарезке                    | 60                | 0,48                  | 0,60         | 1,02          | 12,00                         |
| Рассольник Ленинградский с курой            | 200/10            | 1,66                  | 3,98         | 18,90         | 121,31                        |
| Рыба, припущенная с соусом сметанным        | 100               | 10,50                 | 5,60         | 8,40          | 149,57                        |
| Картофельное пюре                           | 150               | 4,09                  | 5,92         | 24,00         | 172,22                        |
| 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                         |
| <b>Итого за обед:</b>                       |                   | <b>20,40</b>          | <b>16,65</b> | <b>103,78</b> | <b>688,09</b>                 |

Зав. производством Максимова А.В.