

Согласовано: директор МБОУ «Корейская СШ имени Героя Советского Союза П.П. Кулешова»

Баранов О.В.

Утверждаю: индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 11.09.23

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
6 день					
Рацион 1					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	210	9,4	9,8	31,8	238,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60	3,6	12,2	23,3	217,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:	597	15,5	23,0	88,8	618,5
Стоимость рациона:					71,46 руб.
Рацион 2					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	60	0,9	3,0	5,2	54,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,2	2,3	16,1	96,2
КОТЛЕТЫ С СОУСОМ	50/40	9,6	11,4	11,3	185,9
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	6,2	4,2	35,8	205,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,3	1,8	17,4	109,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	12,8	77,7
Итого за прием пищи:	770	25,7	23,7	114,0	791,8
Стоимость рациона:					75,00 руб.
Всего за день:		41,2	46,7	202,8	1 410,3
Стоимость дня:					146,46 руб.

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
6 день					
Рацион 3					
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	210	9,4	9,8	31,8	238,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60	3,6	12,2	23,3	217,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:	617	17,2	23,7	97,3	670,3
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	60	0,9	3,0	5,2	54,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,7	2,8	20,1	120,3
КОТЛЕТЫ С СОУСОМ	50/50	10,0	11,9	12,0	194,7
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	180	7,4	5,0	43,0	246,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,4	2,7	26,1	164,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за прием пищи:	890	30,8	26,7	138,9	946,5
Всего за день:		48,0	50,4	236,2	1 616,8
Стоимость дня:					154,33 руб.

Повар

Зиф