

Согласовано:  
 директор МБОУ «Кореизская СШ имени  
 Героя Советского Союза П.П. Кулешова»  
 Баранов О.В.



Утверждаю:  
 индивидуальный предприниматель



Черненко Е.О.

**МЕНЮ**

Дата: 20.09.23

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>3 день</b>					
<b>Рацион 1</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	6,6	4,3	17,5	127,6
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/20	5,3	8,2	49,0	286,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,3	2,4	26,6	142,2
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>22,0</b>	<b>16,7</b>	<b>120,2</b>	<b>706,0</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>71,46 руб.</b>
<b>Рацион 2</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТ.	60	0,7	2,9	1,4	37,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,6	4,0	10,3	88,3
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	60/30	12,0	9,2	13,5	170,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	4,6	22,0	142,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	95,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,3	1,8	17,4	109,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	12,8	77,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>770</b>	<b>25,1</b>	<b>23,7</b>	<b>100,6</b>	<b>721,2</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>75,00 руб.</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>47,1</b>	<b>40,4</b>	<b>220,8</b>	<b>1 427,2</b>
<b>Стоимость дня:</b>					<b>146,46 руб.</b>

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>3 день</b>					
<b>Рацион 3</b>					
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	6,6	4,3	17,5	127,6
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/20	5,3	8,2	49,3	287,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,3	2,4	26,6	142,2
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>24,3</b>	<b>17,6</b>	<b>136,1</b>	<b>791,9</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,7	2,9	1,4	37,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,0	5,0	12,9	110,4
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	60/40	12,0	9,2	13,5	176,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,5	5,5	26,4	170,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	95,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,4	2,7	26,1	164,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>890</b>	<b>29,2</b>	<b>26,8</b>	<b>120,5</b>	<b>859,0</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>53,5</b>	<b>44,4</b>	<b>256,6</b>	<b>1 650,9</b>
<b>Стоимость дня:</b>					<b>154,33 руб.</b>

Повар

*Зиф*