

Согласовано:

директор МБОУ «Кореизская СШ имени Героя Советского Союза П.П. Кулешова»

Баранов О.В.

Утверждаю:

индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

**МЕНЮ**

Дата: 16.10.23



Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1 день</b>					
<b>Рацион 1</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	210	10,2	12,1	37,0	290,0
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>597</b>	<b>16,3</b>	<b>25,4</b>	<b>93,9</b>	<b>669,8</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>71,46 руб.</b>
<b>Рацион 2</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	0,1	6,8	31,2
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,1	2,2	14,6	89,8
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) С СОУСОМ	60/30	8,3	14,2	9,6	165,4
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	6,2	4,2	35,8	205,7
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>24,3</b>	<b>23,7</b>	<b>120,1</b>	<b>775,0</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>75,00 руб.</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>49,1</b>	<b>214,0</b>	<b>1 444,8</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>1 день</b>					
<b>Рацион 3</b>					
<b>Завтрак</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	210	10,2	12,1	37,0	290,0
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>617</b>	<b>18,0</b>	<b>26,0</b>	<b>102,4</b>	<b>721,6</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	0,1	6,8	31,2
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,6	2,8	18,3	112,3
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) С СОУСОМ	60/40	8,4	14,2	10,2	172,1
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	180	7,4	5,0	43,0	246,9
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>26,3</b>	<b>144,5</b>	<b>926,0</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>47,2</b>	<b>52,3</b>	<b>246,9</b>	<b>1 647,6</b>
<b>Стоимость дня:</b>					<b>154,33 руб.</b>

Повар