

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

Утверждаю:  
 индивидуальный предприниматель  
 Черненко Е.О.

**МЕНЮ**

Дата: 19.10.23



Возрастная категория: **7-10 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>4 день</b>					
<b>Рацион 1</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	210	10,5	10,1	43,5	299,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	80	10,1	17,1	1,4	179,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	0,2	0,0	23,2	94,9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>587</b>	<b>25,9</b>	<b>29,1</b>	<b>112,5</b>	<b>794,4</b>
Стоимость рациона:					71,46 руб.
<b>Рацион 2</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,8	3,5	4,9	58,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,6	4,3	15,1	121,6
БИТОЧКИ С СОУСОМ	50/40	9,6	11,3	11,3	185,9
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	6,2	4,9	37,1	217,1
НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ ХОЛОДНЫЙ	200	0,0	0,0	15,6	62,6
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>28,1</b>	<b>26,9</b>	<b>114,1</b>	<b>832,7</b>
Стоимость рациона:					75,00 руб.
<b>Всего за день:</b>		<b>54,0</b>	<b>56,0</b>	<b>226,6</b>	<b>1 627,1</b>
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	
<b>4 день</b>					
<b>Рацион 3</b>					
<b>Завтрак</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	210	10,5	10,1	43,5	299,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	80	10,1	17,1	1,4	179,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	0,2	0,0	23,2	94,9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>617</b>	<b>28,4</b>	<b>30,0</b>	<b>126,1</b>	<b>872,5</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,8	3,5	4,9	58,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,7	5,4	18,9	152,0
БИТОЧКИ С СОУСОМ	50/50	10,0	11,9	12,0	194,7
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	180	7,4	5,9	44,5	260,7
НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ ХОЛОДНЫЙ	200	0,0	0,0	15,6	62,6
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>33,7</b>	<b>30,7</b>	<b>139,0</b>	<b>996,2</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>62,1</b>	<b>60,7</b>	<b>265,1</b>	<b>1 868,7</b>
Стоимость дня:					154,33 руб.

Повар

*З*