

Согласовано:

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

Баранов О.В.

Утверждаю

индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.



МЕНЮ

Дата: 23.11.23

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
4 день					
Рацион 1					
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
Итого за прием пищи:	587	25,9	29,1	112,5	794,4
Стоимость рациона:					71,46 руб.
Рацион 2					
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
Итого за прием пищи:	770	28,1	26,9	114,1	832,7
Стоимость рациона:					75,00 руб.
Всего за день:		54,0	56,0	226,6	1 627,1
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	
4 день					
Рацион 3					
Завтрак					
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
Итого за прием пищи:	617	28,4	30,0	126,1	872,5
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,4	5,9	8,1	96,8
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
Итого за прием пищи:	930	34,3	33,1	142,2	1 034,8
Всего за день:		62,7	63,1	268,3	1 907,3
Стоимость дня:					154,33 руб.

Повар

Зф