

Согласовано:

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

Баранов О.В.

Утверждено
индивидуальный предприниматель

ЧЕРНЕНКО
ЕЛЕНА
ОЛЕГОВНА

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 29.11.23

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
8 день					
Рацион 1					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ	200	6,6	4,0	17,2	124,0
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/20	5,3	8,2	49,1	287,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	3,6	5,2	23,9	144,5
Итого за прием пищи:	560	17,1	18,0	98,7	607,2
Стоимость рациона:					71,46 руб.
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТ.	60	0,5	3,0	6,6	41,6
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,4	4,1	8,6	81,2
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	60/30	12,0	9,2	17,5	190,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	4,6	22,0	142,4
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	24,5	23,7	100,5	705,1
Стоимость рациона:					75,00 руб.
Всего за день:		41,6	41,7	100,5	1 312,3
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	
8 день					
Рацион 3					
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ	200	6,6	4,0	17,2	124,0
БЛИНЧИКИ ФАРШИР. СО СГУЩЕН. МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/20	5,3	8,2	49,6	288,7
КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	3,6	5,2	23,9	144,5
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за прием пищи:	630	22,6	20,2	133,3	791,8
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТ.	100	0,8	4,9	2,5	62,5
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	1,8	5,1	10,8	101,5
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	60/40	12,0	9,2	17,5	196,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,5	5,5	26,4	170,9
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	28,9	28,7	115,9	861,5
Всего за день:		51,5	48,9	249,2	1 653,3
Стоимость дня:					154,33 руб.

Повар

Зел