

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

Баранов О.В.

Утверждаю:  
индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

**МЕНЮ**

Дата:

29.08.24



Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>9 день</b>					
<b>Рацион 1</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	210	8,3	9,9	46,5	301,2
ОМЛЕТ 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	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1,5	1,9	14,4	80,9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>587</b>	<b>24,6</b>	<b>29,3</b>	<b>111,1</b>	<b>790,4</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>73,71 руб.</b>
<b>Рацион 2</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ЯБЛОК И ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	60	0,7	7,6	5,4	101,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,3	8,3	15,3	177,6
ШНИЦЕЛЬ С СОУСОМ	60/40	11,3	13,2	13,0	216,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ	160	8,9	9,3	39,5	276,2
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>790</b>	<b>37,2</b>	<b>41,4</b>	<b>126,4</b>	<b>1 054,5</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>102,80 руб.</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>61,8</b>	<b>70,7</b>	<b>237,5</b>	<b>1 844,9</b>

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>9 день</b>					
<b>Рацион 3</b>					
<b>Завтрак</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	210	8,3	9,9	46,5	301,2
ОМЛЕТ 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	60	4,5	1,7	30,8	157,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	0,2	0,0	15,5	63,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>617</b>	<b>26,9</b>	<b>30,1</b>	<b>126,5</b>	<b>869,0</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ЯБЛОК И ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	100	1,2	12,7	9,0	168,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	11,7	10,4	19,2	222,3
ШНИЦЕЛЬ С СОУСОМ	60/40	11,3	13,2	13,0	216,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ	180	10,0	9,6	44,7	304,6
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>930</b>	<b>44,2</b>	<b>50,1</b>	<b>152,1</b>	<b>1 275,7</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>71,1</b>	<b>80,2</b>	<b>278,6</b>	<b>2 144,7</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>205,75 руб.</b>

Повар

*Закрынова З*