

Согласовано:

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

Баранов О.В.

Утверждаю:

индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.



### МЕНЮ

Дата: 27.09.24

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>6 день</b>					
<b>Рацион 1</b>					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	210	9,4	9,8	31,8	238,6
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	0,9	0,2	8,1	43,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>597</b>	<b>16,0</b>	<b>22,8</b>	<b>87,1</b>	<b>614,5</b>
Стоимость рациона:	73,71 руб.				
<b>Рацион 2</b>					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3,0	5,2	54,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	8,1	7,3	16,4	166,3
КОТЛЕТЫ С СОУСОМ	60/40	11,3	13,2	13,0	216,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ	160	8,1	7,9	46,9	290,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
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>35,2</b>	<b>34,2</b>	<b>127,1</b>	<b>977,3</b>
Стоимость рациона:	102,80 руб.				
<b>Всего за день:</b>		<b>51,2</b>	<b>57,0</b>	<b>214,2</b>	<b>1 591,8</b>

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>6 день</b>					
<b>Рацион 3</b>					
<b>Завтрак</b>					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	210	8,0	9,8	31,8	238,6
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	0,3	10,3	47,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>617</b>	<b>15,8</b>	<b>23,6</b>	<b>97,8</b>	<b>670,3</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	4,9	8,7	91,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	8,6	7,9	20,4	190,4
КОТЛЕТЫ С СОУСОМ	60/40	11,3	13,2	13,0	216,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ	180	9,2	8,0	53,1	321,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
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>40,4</b>	<b>38,0</b>	<b>153,8</b>	<b>1 148,8</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>56,2</b>	<b>61,6</b>	<b>251,6</b>	<b>1 819,1</b>
Стоимость рациона:	205,75 руб.				

Повар

Захарькина ВВ