

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

Утверждаю:  
 индивидуальный предприниматель



Черненко Е.О.

## МЕНЮ

Дата: 03.06.24

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1 ДЕНЬ</b>					
<b>Завтрак</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	1,07	5,98	3,41	79,60
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	10,39	16,09	28,46	230,95
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>16,18</b>	<b>23,71</b>	<b>77,16</b>	<b>524,97</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,44	3,54	1,38	42,63
ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ СО СМЕТАНОЙ Т/О	250/5	7,28	11,88	8,65	171,28
КОТЛЕТЫ С СОУСОМ	60/40	10,85	11,74	12,56	198,10
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,94	4,09	23,31	141,85
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,16	0,16	18,32	76,29
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,42	2,70	26,10	164,40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,10	1,98	25,50	155,40
ФРУКТЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,30	10,30	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>985</b>	<b>33,59</b>	<b>36,39</b>	<b>126,12</b>	<b>996,95</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>49,77</b>	<b>60,10</b>	<b>203,28</b>	<b>1 521,92</b>
<b>Стоимость дня:</b>					<b>298,25</b>

Возрастная категория: 11-17 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1 ДЕНЬ</b>					
<b>Завтрак</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	1,07	5,98	3,41	79,60
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	14,39	26,99	35,62	376,19
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
БАТОН	60	4,50	1,74	30,84	157,20
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>20,93</b>	<b>34,90</b>	<b>89,46</b>	<b>696,41</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,74	5,91	2,30	71,04
ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ СО СМЕТАНОЙ Т/О	250/5	7,27	11,87	8,65	176,22
КОТЛЕТЫ С СОУСОМ	60/40	10,85	11,74	12,56	198,10
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,63	9,12	28,04	208,69
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,16	0,16	18,32	76,29
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	85	9,10	3,83	36,98	232,90
ХЛЕБ РЖАНОЙ	85	7,23	2,81	36,13	220,15
ФРУКТЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	160	0,64	0,48	16,48	75,20
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1165</b>	<b>39,62</b>	<b>45,92</b>	<b>159,46</b>	<b>1 258,59</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>60,55</b>	<b>80,82</b>	<b>248,92</b>	<b>1 955,00</b>
<b>Стоимость дня:</b>					<b>404,06</b>

Повар