

Согласовано:

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

Баранов О.В.

Утверждаю:

индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

**МЕНЮ**

Дата: 14.11.201

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 (1-ая смена)</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>
Стоимость рациона:					73,71 руб.
<b>Рацион 2 (1-ая смена льготная категория), Рацион 5 (2-ая смена)</b>					
САЛАТ ИЗ моркови, яблок и зеленого 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 пшеничная	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>
Стоимость рациона:					102,80 руб.
<b>Рацион 4 (2-ая смена льготная категория)</b>					
ОВОЩИ натуральные (по сезону)	60	0,48	0,06	1,02	7,80
ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	18,73	25,42	2,49	275,82
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,35	0,01	15,34	64,04
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
ХЛЕБ ржаной	40	3,40	1,32	17,00	103,60
кондитерское изделие	30	1,72	1,37	21,83	106,51
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>537</b>	<b>28,43</b>	<b>29,63</b>	<b>83,38</b>	<b>688,77</b>
Стоимость рациона:					102,80 руб.
<b>Всего за день 1-ая смена:</b>		<b>61,8</b>	<b>70,7</b>	<b>237,5</b>	<b>1 844,9</b>
<b>Всего за день 2-ая смена:</b>		<b>65,6</b>	<b>71,0</b>	<b>209,8</b>	<b>1 743,3</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 зеленого 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 пшеничная	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>
Стоимость рациона:					205,75 руб.

Повар

*Закуренко ВВ*