

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

Баранов О.В.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 10.10.24

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
7 день					
Рацион 1 (1-ая смена)					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,0	1,1	36,9
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	9,9	17,3	35,6	306,0
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за прием пищи:	520	17,8	22,9	93,9	634,7
Стоимость рациона:					73,71 руб.
Рацион 2 (1-ая смена льготная категория), Рацион 5 (2-ая смена)					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,0	2,4	4,6	46,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	8,2	7,3	16,2	165,7
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,3	21,8	38,1	426,2
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
Итого за прием пищи:	730	35,5	34,5	112,3	921,7
Стоимость рациона:					102,80 руб.
Рацион 4 (2-ая смена льготная категория)					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,49	2,96	1,08	36,95
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	12,52	22,18	37,99	352,52
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	0,66	8,50	51,80
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого за прием пищи:	610	19,43	27,36	103,58	699,29
Стоимость рациона:					102,80 руб.
Всего за день 1-ая смена:		53,3	57,4	206,2	1 556,4
Всего за день 2-ая смена:		54,9	61,9	215,9	1 621,0

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
7 день					
Рацион 3					
Завтрак					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,8	5,0	2,5	64,6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	12,5	22,2	38,0	352,5
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
БАТОН	60	4,5	1,7	30,8	157,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за прием пищи:	600	22,2	30,4	107,9	761,4
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	1,6	4,0	7,7	78,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	8,8	7,9	20,2	189,8
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,3	21,8	38,1	426,2
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
Итого за прием пищи:	850	39,7	38,0	132,3	1 057,6
Всего за день:		61,9	68,4	240,2	1 819,0
Стоимость рациона:					205,75 руб.

Повар

Захарькина ВВ