

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

Баранов О.В.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 12.12.24

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
9 день					
Рацион 1 (1-ая смена)					
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
Итого за прием пищи:	587	24,6	29,3	111,1	790,4
Стоимость рациона:	73,71 руб.				
Рацион 2 (1-ая смена льготная категория), Рацион 5 (2-ая смена)					
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 ПШЕННАЯ	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
Итого за прием пищи:	790	37,2	41,4	126,4	1 054,5
Стоимость рациона:	102,80 руб.				
Рацион 4 (2-ая смена льготная категория)					
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
Итого за прием пищи:	537	28,43	29,63	83,38	688,77
Стоимость рациона:	102,80 руб.				
Всего за день 1-ая смена:		61,8	70,7	237,5	1 844,9
Всего за день 2-ая смена:		65,6	71,0	209,8	1 743,3

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
9 день					
Рацион 3					
Завтрак					
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
Итого за прием пищи:	617	26,9	30,1	126,5	869,0
Обед					
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 ПШЕННАЯ	160	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
Итого за прием пищи:	930	44,2	50,1	152,1	1 275,7
Всего за день:		71,1	80,2	278,6	2 144,7
Стоимость рациона:	205,75 руб.				

Повар

Закирьнова ВВ