

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



Баранов О.В.

Утверждаю:  
индивидуальный предприниматель



Черненко Е.О.

**МЕНЮ**

Дата: 16.01.25

**Возрастная категория: 7-10 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>4 день</b>					
<b>Рацион 1 (1-ая смена)</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	210	10,5	10,1	43,5	299,3
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	40	3,0	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,2	2,9	21,7	121,3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>587</b>	<b>27,9</b>	<b>31,9</b>	<b>111,0</b>	<b>820,9</b>
<b>Стоимость рациона:</b>	<b>78,95 руб.</b>				
<b>Рацион 2 (1-ая смена льготная категория), Рацион 5 (2-ая смена)</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60	0,8	3,6	3,9	54,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	10,60	10,31	15,42	201,06
БИТОЧКИ С СОУСОМ	60/40	11,3	13,2	13,0	216,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	160	5,0	7,7	51,1	293,5
НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ ХОЛОДНЫЙ	200	0,0	0,0	15,6	62,6
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>34,6</b>	<b>37,6</b>	<b>129,2</b>	<b>1 015,4</b>
<b>Стоимость рациона:</b>	<b>102,80 руб.</b>				
<b>Рацион 4 (2-ая смена льготная категория)</b>					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,34	4,62	71,40
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
МУЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	4,45	7,51	24,85	185,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>557</b>	<b>31,82</b>	<b>41,05</b>	<b>90,00</b>	<b>830,88</b>
<b>Стоимость рациона:</b>	<b>102,80 руб.</b>				
<b>Всего за день 1-ая смена:</b>		<b>62,5</b>	<b>69,5</b>	<b>240,2</b>	<b>1 836,3</b>
<b>Всего за день 2-ая смена:</b>		<b>66,4</b>	<b>78,7</b>	<b>219,2</b>	<b>1 846,3</b>

**Возрастная категория: 11-18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>4 день</b>					
<b>Рацион 3</b>					
<b>Завтрак</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	210	10,5	10,1	43,5	299,3
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	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	0,2	0,0	23,2	94,9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>617</b>	<b>28,4</b>	<b>30,0</b>	<b>126,2</b>	<b>872,4</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	100	1,4	5,9	6,5	91,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	11,75	11,39	19,19	231,46
БИТОЧКИ С СОУСОМ	60/40	11,3	13,2	13,0	216,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	5,6	7,8	57,9	324,1
НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ ХОЛОДНЫЙ	200	0,0	0,0	15,6	62,6
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>39,9</b>	<b>42,3</b>	<b>155,3</b>	<b>1 193,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>68,3</b>	<b>72,3</b>	<b>281,5</b>	<b>2 065,9</b>
<b>Стоимость рациона:</b>	<b>205,75 руб.</b>				

Повар

*Закорядкова ВВ*