

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

Баранов О.В.

Утверждаю:  
индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

**МЕНЮ**

Дата:

14.01.21

**Возрастная категория: 7-10 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>5 день</b>					
<b>Рацион 1 (1-ая смена)</b>					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	120/30	23,9	15,5	22,8	321,9
ФИТОЧАЙ	200	0,3	0,0	15,1	61,7
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1,5	0,5	21,0	96,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>29,4</b>	<b>17,5</b>	<b>84,7</b>	<b>610,5</b>
Стоимость рациона:					<b>78,7 руб.</b>
<b>Рацион 2 (1-ая смена льготная категория), Рацион 5 (2-ая смена)</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,7	2,9	1,4	37,5
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	7,47	10,09	8,92	160,65
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	16,7	16,6	7,2	275,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,4	4,78	35,57	210,09
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>770</b>	<b>37,4</b>	<b>37,4</b>	<b>106,5</b>	<b>966,3</b>
Стоимость рациона:					<b>102,80 руб.</b>
<b>Рацион 4 (2-ая смена льготная категория)</b>					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	31,40	21,61	42,49	473,89
ФИТОЧАЙ	200	0,29	0,00	15,13	61,66
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>35,09</b>	<b>23,17</b>	<b>87,98</b>	<b>687,35</b>
Стоимость рациона:					<b>102,80 руб.</b>
<b>Всего за день 1-ая смена:</b>		<b>66,8</b>	<b>54,9</b>	<b>191,2</b>	<b>1 576,8</b>
<b>Всего за день 2-ая смена:</b>		<b>72,5</b>	<b>60,6</b>	<b>194,5</b>	<b>1 653,7</b>

**Возрастная категория: 11-18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>5 день</b>					
<b>Рацион 3</b>					
<b>Завтрак</b>					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	150/50	30,1	19,8	29,4	410,5
ФИТОЧАЙ	200	0,3	0,0	15,1	61,7
БАТОН	60	4,5	1,7	30,8	157,2
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>35,2</b>	<b>22,0</b>	<b>85,1</b>	<b>676,3</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,1	5,0	3,8	72,5
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	7,83	11,11	11,07	180,95
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	18,6	18,5	8,0	305,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,46	4,89	42,67	244,41
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>44,0</b>	<b>43,7</b>	<b>131,8</b>	<b>1 167,3</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>79,2</b>	<b>65,7</b>	<b>216,9</b>	<b>1 843,6</b>
Стоимость рациона:					<b>205,75 руб.</b>

Повар

*Закорьшова ВВ*