

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

Баранов О.В.

Утверждаю:  
 индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

**МЕНЮ**

Дата: 22.01.25

**Возрастная категория: 7-10 лет**

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции       | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|  |                    | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>8 день</b>  |                    |                  |              |               |                               |
| <b>Рацион 1 (1-ая смена)</b>   |                    |                  |              |               |                               |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ  | 200                | 6,6              | 4,0          | 17,2          | 124,0                         |
| БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О   | 120/10             | 4,59             | 6,95         | 44,53         | 258,46                        |
| КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ   | 200                | 3,6              | 5,2          | 23,9          | 144,5                         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 20                 | 1,7              | 0,7          | 8,5           | 51,8                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>560</b>         | <b>16,5</b>      | <b>16,9</b>  | <b>94,1</b>   | <b>578,8</b>                  |
| Стоимость рациона:   | <b>78,75 руб.</b>  |                  |              |               |                               |
| <b>Рацион 2 (1-ая смена льготная категория), Рацион 5 (2-ая смена)</b> |                    |                  |              |               |                               |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ                    | 60                 | 0,5              | 3,0          | 1,0           | 36,9                          |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ  | 200                | 7,47             | 10,09        | 8,92          | 160,65                        |
| БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ                                     | 60/40              | 10,0             | 9,0          | 18,6          | 176,5                         |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ  | 150                | 3,7              | 5,3          | 22,0          | 148,8                         |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА  | 200                | 0,7              | 0,3          | 20,1          | 98,1                          |
| 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>780</b>         | <b>29,3</b>      | <b>30,5</b>  | <b>100,8</b>  | <b>808,3</b>                  |
| Стоимость рациона:   | <b>102,80 руб.</b> |                  |              |               |                               |
| <b>Рацион 4 (2-ая смена льготная категория)</b>                        |                    |                  |              |               |                               |
| БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩ. МОЛОКОМ ИЛИ ДЖЕМОМ                     | 180/20             | 6,84             | 10,41        | 64,26         | 375,07                        |
| КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ   | 200                | 3,59             | 5,19         | 23,94         | 144,46                        |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>550</b>         | <b>15,88</b>     | <b>17,63</b> | <b>133,12</b> | <b>745,93</b>                 |
| Стоимость рациона:   | <b>102,80 руб.</b> |                  |              |               |                               |
| <b>Всего за день 1-ая смена:</b>                                       |                    | <b>45,8</b>      | <b>47,4</b>  | <b>194,9</b>  | <b>1 387,1</b>                |
| <b>Всего за день 2-ая смена:</b>                                       |                    | <b>45,2</b>      | <b>48,1</b>  | <b>233,9</b>  | <b>1 554,2</b>                |

**Возрастная категория: 11-18 лет**

| Прием пищи, наименование блюда                                       | Масса порции       | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|  |                    | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>8 день</b>  |                    |                  |             |              |                               |
| <b>Рацион 3</b>  |                    |                  |             |              |                               |
| <b>Завтрак</b>   |                    |                  |             |              |                               |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ  | 200                | 6,6              | 4,0         | 17,2         | 124,0                         |
| БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О | 120/20             | 5,3              | 8,2         | 49,7         | 289,3                         |
| КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ   | 200                | 3,6              | 5,2         | 23,9         | 144,5                         |
| БАТОН  | 50                 | 3,8              | 1,5         | 25,7         | 131,0                         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 40                 | 3,4              | 1,3         | 17,0         | 103,6                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>630</b>         | <b>22,6</b>      | <b>20,2</b> | <b>133,5</b> | <b>792,3</b>                  |
| <b>Обед</b>  |                    |                  |             |              |                               |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ                  | 100                | 0,8              | 4,9         | 2,5          | 62,5                          |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ  | 250                | 7,83             | 11,11       | 11,07        | 180,95                        |
| БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ                                   | 60/40              | 10,0             | 9,0         | 18,6         | 176,5                         |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ  | 180                | 4,5              | 5,5         | 26,4         | 170,9                         |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА  | 200                | 0,7              | 0,3         | 20,1         | 98,1                          |
| 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>33,6</b>      | <b>34,8</b> | <b>121,8</b> | <b>957,0</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>  |                    | <b>56,2</b>      | <b>55,0</b> | <b>255,3</b> | <b>1 749,3</b>                |
| Стоимость рациона:   | <b>205,75 руб.</b> |                  |             |              |                               |

Повар

Закифова ВВ