

Согласовано

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

Баранов О.В.

Утверждаю:

индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата:

26.03.25

**Возрастная категория: 7-10 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>3 день</b>					
<b>Рацион 1 (1-ая смена)</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	6,7	4,3	15,5	120,7
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/10	4,59	6,95	44,39	257,88
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,3	2,4	26,6	142,2
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>21,3</b>	<b>15,6</b>	<b>115,6</b>	<b>677,4</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>78,05 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
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	7,59	10,02	10,66	167,79
КОТЛЕТЫ 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
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>780</b>	<b>28,9</b>	<b>30,3</b>	<b>105,7</b>	<b>812,9</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>107,14 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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,25	2,43	26,62	142,20
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>17,54</b>	<b>14,87</b>	<b>135,80</b>	<b>743,67</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>107,14 руб.</b>
<b>Всего за день 1-ая смена:</b>		<b>50,2</b>	<b>45,9</b>	<b>221,3</b>	<b>1 490,3</b>
<b>Всего за день 2-ая смена:</b>		<b>46,4</b>	<b>45,2</b>	<b>241,5</b>	<b>1 556,6</b>

**Возрастная категория: 11-18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>3 день</b>					
<b>Рацион 3</b>					
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	6,7	4,3	15,5	120,7
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/20	5,3	8,2	49,4	288,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,3	2,4	26,6	142,2
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>24,4</b>	<b>17,7</b>	<b>134,2</b>	<b>785,7</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	0,8	4,9	2,5	62,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	7,98	11,02	13,24	189,87
КОТЛЕТЫ 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
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>33,3</b>	<b>34,6</b>	<b>127,0</b>	<b>963,4</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>57,7</b>	<b>52,3</b>	<b>261,2</b>	<b>1 749,1</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>205,75 руб.</b>

Повар

*Закирьмова ВВ*