

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

Баранов О.В.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата:

03.09

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
3 день					
Рацион 1 (1-ая смена)					
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
Итого за прием пищи:	600	21,3	15,6	115,6	677,4
Стоимость рациона:	78,05 руб.				
Рацион 2 (1-ая смена льготная категория), Рацион 5 (2-ая смена)					
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
Итого за прием пищи:	780	28,9	30,3	105,7	812,9
Стоимость рациона:	107,14 руб.				
Рацион 4 (2-ая смена льготная категория)					
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
Итого за прием пищи:	550	17,54	14,87	135,80	743,67
Стоимость рациона:	107,14 руб.				
Всего за день 1-ая смена:		50,2	45,9	221,3	1 490,3
Всего за день 2-ая смена:		46,4	45,2	241,5	1 556,6

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
3 день					
Рацион 3					
Завтрак					
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
Итого за прием пищи:	630	24,4	17,7	134,2	785,7
Обед					
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
Итого за прием пищи:	930	33,3	34,6	127,0	963,4
Всего за день:		57,7	52,3	261,2	1 749,1
Стоимость рациона:		205,75 руб.			

Повар

Захарченко ВВ