

Согласовано:

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

Баранов О.В.

Утверждаю:

индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата:

10.12.15.

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
8 день					
Рацион 1 (1-ая смена)					
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
Итого за прием пищи:	560	16,5	16,9	94,1	578,8
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
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
Итого за прием пищи:	780	29,3	30,5	100,8	808,3
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
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
Итого за прием пищи:	550	15,88	17,63	133,12	745,93
Стоимость рациона:					107,14 руб.
Всего за день 1-ая смена:		45,8	47,4	194,9	1 387,1
Всего за день 2-ая смена:		45,2	48,1	233,9	1 554,2

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
8 день					
Рацион 3					
Завтрак					
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
Итого за прием пищи:	630	22,6	20,2	133,5	792,3
Обед					
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	178,5
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
Итого за прием пищи:	930	33,6	34,8	121,8	957,0
Всего за день:		56,2	55,0	255,3	1 749,3
Стоимость рациона:					205,75 руб.

Повар

Закифенова ВВ