

Согласовано:

директор МБОУ «Корейзская СШ имени
Героя Советского Союза Г.М. Кулешова»

Баранов О.В.

Утверждаю:

индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата:

30.01.26

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
5 день					
Рацион 1 (1-ая смена)					
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
Итого за прием пищи:	500	29,4	17,5	84,7	610,5
Стоимость рациона:					78,05 руб.
Рацион 2 (1-ая смена льготная категория), Рацион 5 (2-ая смена)					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,7	2,8	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
Итого за прием пищи:	770	37,4	37,4	106,5	966,3
Стоимость рациона:					107,14 руб.
Рацион 4 (2-ая смена льготная категория)					
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
Итого за прием пищи:	520	35,09	23,17	87,98	687,35
Стоимость рациона:					107,14 руб.
Всего за день 1-ая смена:	66,8		54,9	191,2	1 576,8
Всего за день 2-ая смена:	72,5		60,6	194,5	1 653,7

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
5 день					
Рацион 3					
Завтрак					
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
Итого за прием пищи:	560	35,2	22,0	85,1	676,3
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	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
Итого за прием пищи:	930	44,0	43,7	131,8	1 167,3
Всего за день:		79,2	65,7	216,9	1 843,6
Стоимость рациона:	205,75 руб.				

Повар

Алиф Козмоиди А.М.