



Утверждаю:

И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

" 01 " 09 2026

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
2 день					
Рацион 1					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,9	8,9	7,7	119
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	6,95	5,66	42,52	249,48
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	200	0,97	0	24,64	106,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	500	15,76	15,07	107,65	631,1
Стоимость рациона:		118,00 руб.			
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,66	0,12	2,28	14,4
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,05	7,29	16,54	168,09
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150/60	17,95	25,11	19,6	376,82
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ	200	0,3	0,06	32,83	132,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	820	33,9	33,09	104,04	848,03
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		49,66	48,16	211,69	1479,13
Цена рациона		114,64 руб.			

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
2 День					
Рацион 3					
Завтрак					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	1,9	8,9	7,7	119
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	6,95	5,66	42,52	249,48
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	200	0,97	0	24,64	106,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	540	15,76	15,07	107,65	631,1
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,66	0,12	2,28	14,4
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,05	7,29	16,54	168,09
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150/90	17,95	25,11	19,6	376,82
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ	200	0,3	0,06	32,83	132,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	820	33,9	33,09	104,04	848,03
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		49,66	48,16	211,69	1479,13
Цена рациона		205,75 руб.			