



Утверждаю:
индивидуальный предприниматель

Черненко Е.

МЕНЮ

" 02 " 09 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
3 День					
	Рацион 1				
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	9,48	12,63	21,26	237,44
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ	60	2,58	0,97	32,7	147,58
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,41	3,1	16,85	109,32
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	580	18,92	17,35	100,68	636,07
Стоимость рациона:		118,00 руб.			
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	60	0,47	0,06	0,99	7,57
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	2,95	3,31	16,5	108,37
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ(ГОВЯЖЬЕЙ ТУШЕНКИ)	200	18,64	20,24	40,71	418,91
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	0,32	0,02	18,26	75,51
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		28,32	24,14	109,25	766,28
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		47,24	41,49	209,93	1402,35
Стоимость рациона:		114,64 руб.			
Возрастная категория 11-13 лет					
Наименование блюда	Масса	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
3 День					
Рацион 3					
	Завтрак				
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	9,48	12,63	21,26	237,44
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ	60	2,58	0,97	32,7	147,58
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,41	3,1	16,85	109,32
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	650	18,92	17,35	100,68	636,07
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	60	0,47	0,06	0,99	7,57
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	2,95	3,31	16,5	108,37
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ	240	18,64	20,24	40,71	418,91
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	0,32	0,02	18,26	75,51
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	28,32	24,14	109,25	766,28
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		47,24	41,49	209,93	1402,35
Цена рациона		205,75 руб.			