



Утверждаю:

индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

" 09 " 09 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
8 день					
Рацион 1					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	9,48	12,63	22,72	243,25
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ	60	3,13	1,18	36,45	166,71
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ,	200/15	0,1	0	14,72	59,25
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,89	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	675	19,05	14,72	116,48	652,13
Стоимость рациона :					118,00 руб.
Рацион 2					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС.	60	1,14	5,34	4,62	71,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	19,9	22,71	12,44	334,47
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	240	17,26	22,14	17,54	338,15
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,68	38,7
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	44,24	50,7	77,07	938,64
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		63,29	65,42	193,55	1610,77
Стоимость рациона :					114,64 руб.
Возрастная категория: 11-18 лет					
Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
8 день					
Рацион 3					
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	9,48	12,63	22,72	243,25
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ	60	3,13	1,18	36,45	166,71
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ,	200/15	0,1	0	14,72	59,25
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	695	19,05	14,72	116,48	672,13
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС.	60	1,14	5,34	4,62	71,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	19,9	22,71	12,44	334,47
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	240	17,26	22,14	17,54	338,15
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,68	38,7
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	44,24	50,7	77,07	938,64
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		63,29	65,42	193,55	1610,77
Цена рациона	205,75 руб.				