



Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ»
П.Д.Кулашова

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

" 11 " 09. 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
10 день					
Рацион 1					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,9	8,9	7,7	119
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	200	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	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	530	15,76	15,07	107,65	601,1
Стоимость рациона					118,00 руб.
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО-СЕЗОНУ	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	1179,13
Стоимость рациона :					114,64 руб
Возрастная категория:					
Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
10 день					
Рацион 3					
Завтрак					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	1,9	8,9	7,7	119
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	200	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	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	570	15,76	15,07	107,65	631,1
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО-СЕЗОНУ	90	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	850	33,9	33,09	104,04	848,03
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		49,66	48,16	211,69	1479,13
Цена рациона		205,75 руб.			