Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ "
Мосюк В.М.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 23.09.16

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
3 день					
Рацион 1					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	6,7	4,3	15,5	120,7
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/10	4,59	6,95	44,39	257,88
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,3	2,4	26,6	142,2
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
Итого за прием пищи:	**600**	**21,3**	**15,6**	**115,6**	**677,4**
Стоимость рациона:					**118,00 руб.**
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,5	3,0	1,0	36,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	7,59	10,02	10,66	167,79
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	60/40	10,0	9,0	18,6	176,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	5,3	22,0	148,8
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:	**780**	**28,9**	**30,3**	**105,7**	**812,9**
Стоимость рациона:					**114,64 руб.**
Всего за день:		**50,2**	**45,9**	**221,3**	**1 490,3**

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
3 день					
Рацион 3					
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	6,7	4,3	15,5	120,7
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/20	5,3	8,2	49,4	288,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,3	2,4	26,6	142,2
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за прием пищи:	**630**	**24,4**	**17,7**	**134,2**	**785,7**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	0,8	4,9	2,5	62,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	7,98	11,02	13,24	189,87
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	60/40	10,0	9,0	18,6	176,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,5	5,5	26,4	170,9
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**	**33,3**	**34,6**	**127,0**	**963,4**
Всего за день:		**57,7**	**52,3**	**261,2**	**1 749,1**
Стоимость рациона:					**205,75 руб.**

Повар Казнадий А.М.

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ
Мосюк В.М.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 24.09.26

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
4 день					
Рацион 1					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	210	10,5	10,1	43,5	299,3
ОМЛЕТ С СЫРОМ	80	10,1	17,1	1,4	179,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,2	2,9	21,7	121,3
Итого за прием пищи:	**587**	**27,9**	**31,9**	**111,0**	**820,9**
Стоимость рациона:					**118,00 руб.**
Рацион 2					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	0,8	3,6	3,9	54,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	10,60	10,31	15,42	201,06
БИТОЧКИ С СОУСОМ	60/40	11,3	13,2	13,0	216,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	160	5,0	7,7	51,1	293,5
НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ ХОЛОДНЫЙ	200	0,0	0,0	15,6	62,6
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:	**790**	**34,6**	**37,6**	**129,2**	**1 015,4**
Стоимость рациона:					**114,64 руб.**
Всего за день:		**62,5**	**69,5**	**240,2**	**1 836,3**

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
4 день					
Рацион 3					
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	210	10,5	10,1	43,5	299,3
ОМЛЕТ С СЫРОМ	80	10,1	17,1	1,4	179,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	0,2	0,0	23,2	94,9
Итого за прием пищи:	**617**	**28,4**	**30,0**	**126,2**	**872,4**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	100	1,4	5,9	6,5	91,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	11,75	11,39	19,19	231,46
БИТОЧКИ С СОУСОМ	60/40	11,3	13,2	13,0	216,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	5,6	7,8	57,9	324,1
НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ ХОЛОДНЫЙ	200	0,0	0,0	15,6	62,6
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**	**39,9**	**42,3**	**155,3**	**1 193,5**
Всего за день:		**68,3**	**72,3**	**281,5**	**2 065,9**
Стоимость рациона:					**205,75 руб.**

Повар Казкодий А.М.

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ "
Мосюк В.М.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 25.09.26

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					
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:					**118,00 руб.**
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,7	2,9	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:					**114,64 руб.**
Всего за день:		**66,8**	**54,9**	**191,2**	**1 576,8**

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 Казнадий А.М.

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ "
Мосюк В.М.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 28.09.26

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
6 день					
Рацион 1					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	210	9,4	9,8	31,8	238,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60	3,6	12,2	23,3	217,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,9	0,2	8,1	43,0
Итого за прием пищи:	**597**	**16,0**	**22,8**	**87,1**	**614,5**
Стоимость рациона:					118,00 руб.
Рацион 2					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3,0	5,2	54,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	8,2	8,29	16,39	175,68
КОТЛЕТЫ С СОУСОМ	60/40	11,3	13,2	13,0	216,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ	160	8,1	7,9	46,9	290,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
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:	**790**	**35,4**	**35,2**	**127,2**	**986,6**
Стоимость рациона:					114,64 руб.
Всего за день:		51,4	58,0	214,3	1 601,1

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
6 день					
Рацион 3					
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	210	9,4	9,8	31,8	238,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60	3,6	12,2	23,3	217,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,3	10,3	47,0
Итого за прием пищи:	**617**	**17,2**	**23,6**	**97,8**	**670,3**
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	4,9	8,7	91,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	8,75	8,86	20,40	199,74
КОТЛЕТЫ С СОУСОМ	60/40	11,3	13,2	13,0	216,3
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	9,2	8,0	53,1	321,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
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**	**40,6**	**39,0**	**153,8**	**1 158,1**
Всего за день:		57,8	62,6	251,6	1 828,4
Стоимость рациона:					205,75 руб.

Повар Казнадей А.М.

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ "
Мосюк В.М.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 29.09.26

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
7 день					
Рацион 1					
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,0	1,1	36,9
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	9,9	17,3	35,6	306,0
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за прием пищи:	**520**	**17,8**	**22,9**	**93,9**	**634,7**
Стоимость рациона:					118,00 руб.
Рацион 2					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,0	2,4	4,6	46,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	8,29	8,31	16,25	175,06
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,47	28,15	35,41	490,88
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:	**730**	**37,9**	**41,9**	**109,7**	**995,6**
Стоимость рациона:					114,64 руб.
Всего за день:		55,7	64,8	203,6	1 630,3

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
7 день					
Рацион 3					
Завтрак					
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,8	5,0	2,5	64,6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	12,5	22,2	38,0	352,5
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
БАТОН	60	4,5	1,7	30,8	157,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за прием пищи:	**600**	**22,2**	**30,4**	**107,9**	**761,4**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	1,6	4,0	7,7	78,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	8,85	8,88	20,23	198,97
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,47	28,15	35,41	490,88
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:	**850**	**41,9**	**45,2**	**129,6**	**1 131,5**
Всего за день:		64,1	75,6	237,5	1 892,9
Стоимость рациона:					205,75 руб.

Повар Казнадий А.М.

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ "
Мосюк В.М.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 30.09.26

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
8 день					
Рацион 1					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	6,6	4,0	17,2	124,0
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/10	4,59	6,95	44,53	258,46
КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	3,6	5,2	23,9	144,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
Итого за прием пищи:	**560**	**16,5**	**16,9**	**94,1**	**578,8**
Стоимость рациона:					118,00 руб.
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,5	3,0	1,0	36,9
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	7,47	10,09	8,92	160,65
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	60/40	10,0	9,0	18,6	176,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	5,3	22,0	148,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	20,1	98,1
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:	**780**	**29,3**	**30,5**	**100,8**	**808,3**
Стоимость рациона:					114,64 руб.
Всего за день:		**45,8**	**47,4**	**194,9**	**1 387,1**

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
8 день					
Рацион 3					
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	6,6	4,0	17,2	124,0
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/20	5,3	8,2	49,7	289,3
КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	3,6	5,2	23,9	144,5
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за прием пищи:	**630**	**22,6**	**20,2**	**133,5**	**792,3**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	0,8	4,9	2,5	62,5
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	7,83	11,11	11,07	180,95
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	60/40	10,0	9,0	18,6	176,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,5	5,5	26,4	170,9
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	20,1	98,1
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**	**33,6**	**34,8**	**121,8**	**957,0**
Всего за день:		**56,2**	**55,0**	**255,3**	**1 749,3**
Стоимость рациона:					205,75 руб.

Повар Кознодий А.М.

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ "
Мосюк В.М.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 21.09.26

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 день					
Рацион 1					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	210	10,2	12,1	37,0	290,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60	3,6	12,2	23,3	217,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,9	0,2	8,1	43,0
Итого за прием пищи:	**597**	**16,8**	**25,2**	**92,2**	**665,8**
Стоимость рациона:					**118,00 руб.**
Рацион 2					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ЯБЛОК И ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	60	0,7	7,6	5,4	101,3
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	8,11	8,23	14,95	169,26
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) С СОУСОМ	60/40	8,4	10,5	10,2	172,1
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ	160	8,9	9,3	39,5	276,2
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:	**790**	**33,2**	**38,6**	**123,5**	**1 001,8**
Стоимость рациона:					**114,64руб.**
Всего за день:		**50,0**	**63,8**	**215,7**	**1 667,6**

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 день					
Рацион 3					
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	210	10,2	12,1	37,0	290,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,4	0,0	15,3	64,0
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60	3,6	12,2	23,3	217,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,3	10,3	47,0
Итого за прием пищи:	**617**	**18,0**	**25,9**	**102,9**	**721,6**
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ЯБЛОК И ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	100	1,2	12,7	9,0	168,9
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	8,63	8,79	18,60	191,72
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) С СОУСОМ	60/40	8,4	10,5	10,2	172,1
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	10,0	9,6	44,7	304,6
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**	**38,2**	**45,8**	**148,8**	**1 200,9**
Всего за день:		**56,2**	**71,7**	**251,7**	**1 922,5**
Стоимость рациона:					**205,75 руб.**

Повар Казнодий А.М.

Согласовано:

И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ "

Мосюк В.М.

Утверждаю:

индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 22.09.26

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
2 день					
Рацион 1					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,5	3,0	1,0	36,9
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	9,9	17,3	35,6	306,0
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
Итого за прием пищи:	**500**	**16,1**	**22,3**	**85,3**	**582,9**
Стоимость рациона:					**118,00 руб.**
Рацион 2					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60	1,0	3,7	5,7	63,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	8,29	8,31	16,25	175,06
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,47	28,15	35,41	490,88
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
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:	**730**	**37,7**	**43,0**	**103,1**	**978,7**
Стоимость рациона:					**114,64 руб.**
Всего за день:		**53,8**	**65,3**	**188,4**	**1 561,6**

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
2 день					
Рацион 3					
Завтрак					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	0,8	4,9	2,5	62,5
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	12,5	22,2	38,0	352,5
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
БАТОН	60	4,5	1,7	30,8	157,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за прием пищи:	**600**	**22,2**	**30,4**	**107,9**	**759,2**
Обед					
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	1,6	6,1	9,6	106,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	8,85	8,88	20,23	198,97
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,47	28,15	35,41	490,88
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
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:	**850**	**41,7**	**47,1**	**123,8**	**1 125,8**
Всего за день:		**63,9**	**77,5**	**231,7**	**1 885,0**
Стоимость рациона:					**205,75 руб.**

Повар Кознодий А.М.