Согласовано: Утверждаю:
И.О. директора МБОУ «Кореизская СШ индивидуальный предприниматель
Мосюк В.М. Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 02.10.26

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
10 день					
Рацион 1					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	120/30	20,7	13,9	31,6	330,8
ЧАЙ С САХАРОМ	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**	**26,2**	**15,9**	**93,4**	**619,4**
Стоимость рациона:					**118,00 руб.**
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,7	2,9	1,4	37,5
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	7,79	10,19	19,70	181,06
ПТИЦА ТУШЕНАЯ	90	12,6	15,5	5,7	201,7
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2 ВАРИАНТ)	150	2,6	7,1	27,9	132,1
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:	**770**	**30,6**	**38,5**	**100,5**	**802,3**
Стоимость рациона:					**114,64 руб.**
Всего за день:		**56,8**	**54,4**	**193,9**	**1 421,7**

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
10 день					
Рацион 3					
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	150/50	26,0	17,8	40,3	421,6
ЧАЙ С САХАРОМ	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**	**31,2**	**20,0**	**96,1**	**687,4**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	1,1	5,0	3,8	72,5
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	8,24	11,23	24,0	206,46
ПТИЦА ТУШЕНАЯ	100	14,0	17,2	6,3	224,2
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2 ВАРИАНТ)	180	3,1	8,5	33,0	158,5
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**	**36,2**	**45,9**	**125,8**	**992,3**
Всего за день:		**67,4**	**65,9**	**221,9**	**1 679,7**
Стоимость рациона:					**205,75 руб.**

Повар Казнадий А.М.