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

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 09.10.26

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.