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

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 22.10.26

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 Кознадий А.М.