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

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата: 30.11.26

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 Кизеева А.М