

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МБОУ "Гаспринская НШ № 2"

Г.Г.Салтыкова



М Е Н Ю

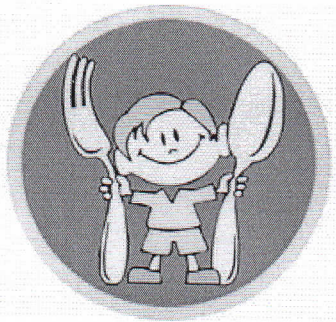
ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 10 " 03 2026 г.

Возрастная категория: 7-11 лет. (1-4 кл.)

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Цена рациона, руб.
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак	182	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ	220	7,60	18,29	23,30	320	85,55
	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	9,80	86	
	ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	5,40	0,10	19,90	163	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	60	5,20	0,50	27,80	132	
	Итого за прием пищи			530	19,20	19,09	80,80	
Горячее питание 2 смена	62	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ(капуста)	60	0,90	3,10	5,30	53	114,64
	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	3,70	2,80	19,60	119	
	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	10,20	16,00	36,00	330	
	349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,40	77	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	60	5,20	0,50	27,80	132	
	Итого за прием пищи			720	20,00	22,40	108,10	
Обед	62	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ(капуста)	60	1,00	3,10	5,50	54	114,64
	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	3,70	2,80	19,60	119	
	268/331	КОТЛЕТА С СОУСОМ	100	7,70	16,90	10,60	223	
	303.2	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	4,20	4,50	24,70	156	
	376	ЧАЙ С САХАРОМ	215	0,10	0,00	14,70	59	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи			875	25,30	28,00	121,40	
Дополнительное питание	62	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ(капуста)	60	1,00	3,10	5,50	54	220,00
	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	3,70	2,80	19,60	119	
	268/331	КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ	100	7,70	16,90	10,60	223	
	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,06	4,80	20,44	137	
	349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,40	77	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи			860	24,06	28,30	121,84	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор
 МБОУ "Гастроинская НШ № 2"
 Г.Г.Салтыкова

М Е Н Ю

ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 11 " 03 2026г.

Возрастная категория: 7-11 лет. (1-4 кл.)

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Цена рациона, руб.
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак	62	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ(морковь)	60	0,70	3,70	1,50	42	85,55
	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	10,20	16,00	26,00	330	
	376	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С САХАРОМ	215	0,10	0,00	14,70	59	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	80	7,00	0,70	37,10	177	
	Итого за прием пищи			505	18,00	20,40	79,30	
Горячее питание 2 смена	ПР	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС.	60	1,10	5,30	4,60	71	114,64
	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,00	5,80	12,70	111	
	255	СУБПОДУКТЫ В СОУСЕ	100	13,70	11,00	3,60	184	
	302.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	150	6,30	3,90	38,50	214	
	376	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С САХАРОМ	215	0,10	0,00	14,70	59	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	60	5,20	0,50	27,80	132	
	Итого за прием пищи			835	28,40	26,50	101,90	
Обед	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	1,00	3,70	5,70	60	114,64
	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,00	5,80	12,70	111	
	255	СУБПОДУКТЫ В СОУСЕ	100	13,70	11,00	3,60	184	
	302.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	150	6,30	3,90	38,50	214	
	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	222	0,20	0,00	14,90	62	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи			882	31,80	25,10	121,70	
Дополнительное питание	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО-СЕЗОНУ	60	0,5	0,1	1,5	8	220,00
	82	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,00	5,80	12,70	111	
	290	КУРИЦА В СОУСЕ	100	10,20	16,00	36,00	330	
	302.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,20	4,50	36,90	221	
	376	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С САХАРОМ	215	0,10	0,00	14,70	59	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи			625	29,60	27,10	148,10	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!