



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МБОУ "Гаспринская НШ № 2"

Г.Г.Салтыкова



# М Е Н Ю

## ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 3 " 09 2024г.

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	18	САЛАТ ЗЕЛЕНЬЙ С ОГУРЦОМ	60	0,70	3,70	1,50	42	78,05
	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	107,14
	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	107,14
	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 СВЕЖИЕ	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!



УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор  
 МБОУ "Гаспринская НШ № 2"  
 Г.И. Салтыкова

# М Е Н Ю

## ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 4 " 09 2025 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	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	6,80	47	78,05
	ПР	БЛИНЫ СО СЛАДКИМ СОУСОМ	150	8,70	15,40	30,30	407	
	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,80	3,00	14,40	141	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	60	5,20	0,50	27,80	132	
	Итого за прием пищи			510	18,10	19,30	79,30	
Горячее питание 2 смена	56	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	0,10	4,40	24	107,14
	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,60	6,00	17,00	133	
	ПР	БЛИНЫ СО СЛАДКИМ СОУСОМ	150	10,10	11,80	67,20	425	
	342.2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,00	111	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	60	5,20	0,50	27,80	132	
	Итого за прием пищи			720	18,80	18,60	143,40	
Обед	56	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	0,10	4,40	24	107,14
	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,40	6,00	16,60	130	
	280	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	105	7,30	19,10	10,00	240	
	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	3,00	34,10	185	
	342.2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,00	111	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи			865	24,60	29,10	138,40	
Дополнительное питание	56	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	0,10	4,40	24	220,00
	96	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,40	6,00	16,60	130	
	289	РАГУ ИЗ КУР	200	12,56	11,72	15,20	217	
	342.2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,00	111	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи			560	24,46	18,72	109,50	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!