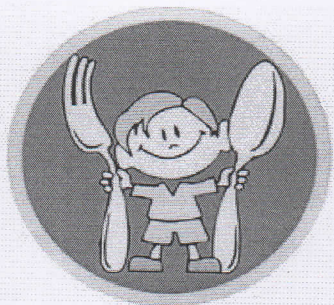




УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МБОУ "Гаспринская НШ № 2"

Г.Г.Салтыкова

М Е Н Ю

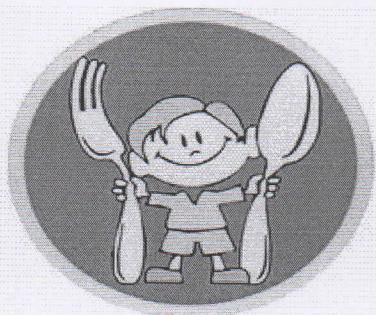
ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 14 " 11 2025 г.

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

Прием пищи	№ рецеп-туры	Наименование блюда	Выход порции	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Цена рациона, руб.
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак	ПР	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,10	5,30	4,60	71	78,05
	211	ОМЛЕТ С СЫРОМ	60	8,50	14,40	3,53	168	
	303.2	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	4,20	6,90	24,80	178	
	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		530	19,00	27,10	80,13	626	
Горячее питание 2 смена	18	САЛАТ С ОГУРЦОМ ПО-СЕЗОНУ	60	0,60	3,70	1,30	41	107,14
	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,70	5,40	18,90	147	
	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,60	7,20	7,40	129	
	303.2	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	4,20	2,90	24,70	141	
	376	ЧАЙ 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	24,40	19,70	94,80	649	
Обед	20	САЛАТ С ОГУРЦОМ ПО-СЕЗОНУ	60	0,50	3,70	1,40	40	107,14
	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,70	5,40	18,90	147	
	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,50	7,20	7,30	128	
	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	2,90	38,80	196	
	342.1	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		860	27,20	20,10	139,70	842	
Дополнительное питание	20	САЛАТ С ОГУРЦОМ ПО-СЕЗОНУ	60	0,50	3,70	1,40	40	220,00
	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,70	5,40	18,90	147	
	265	ПЛОВ МЯСНОЙ	200	16,82	37,56	34,52	544	
	342.1	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		810	31,82	47,56	128,12	1062	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



М Е Н Ю

ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 18 " 11 2025 г.

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

Прием пищи	№ рецеп-туры	Наименование блюда	Выход порции	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Цена рациона, руб.
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак	182	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ	220	7,60	18,29	23,30	320	78,05
	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	701	
Горячее питание 2 смена	45	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,90	3,10	5,30	53	107,14
	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	711	
Обед	45	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	1,00	3,10	5,50	54	107,14
	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	831	
Дополнительное питание	45	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	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	830	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!