



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МБОУ "Гаспринская НШ № 2"

Г.Г.Салтыкова

М Е Н Ю

ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 05 " 12 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	120	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ	210	4,80	4,40	17,70	130	78,05
	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	100	10,60	14,60	31,20	255	
	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		585	20,70	19,50	91,40	576	
Горячее питание 2 смена	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,90	6,10	4,60	77	107,14
	88	ЩИ ИЗ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	2,80	4,20	7,00	77	
	268	КОТЛЕТА С СОУСОМ	100	7,60	17,50	10,80	229	
	302.3	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	4,60	3,80	29,80	171	
	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	21,20	32,10	94,70	745	
Обед	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,90	6,10	4,60	77	107,14
	88	ЩИ ИЗ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,90	5,10	9,20	91	
	301	КНЕЛИ ИЗ КУР С СОУСОМ	100	8,80	11,70	7,10	169	
	302.3	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	4,60	3,00	29,80	164	
	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ 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	24,80	26,60	116,40	798	
Дополнительное питание	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,90	6,10	4,60	77	220,00
	88	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,90	5,10	9,20	91	
	280	БИТОЧЕК ПАРОВОЙ В СОУСЕ	100	10,20	16,00	36,00	330	
	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,6	3	29,8	164	
	ПР	БУЛОЧКА С ДЖЕМОМ	50	2,88	1,17	27,78	133	
	389	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	19,60	83	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи		660	30,08	32,27	173,28	1098	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!