

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МБОУ "Гаспринская НШ № 2"
Н.Г.Салтыкова

М Е Н Ю

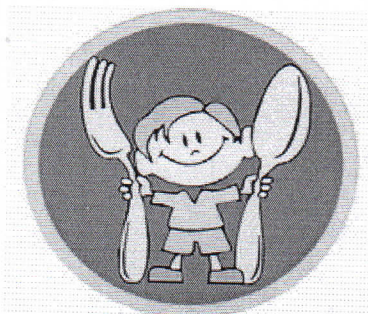
ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 18 " 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	ПР	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,10	5,30	4,60	71	78,05
	211	ОМЛЕТ С СЫРОМ	60	8,50	14,40	3,50	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	80,10	626	
Горячее питание 2 смена	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	
	234	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	100	8,60	7,20	7,40	129	
	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	60	5,20	0,50	27,80	132	
	Итого за прием пищи		820	23,90	19,90	121,30	755	
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	
	234	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	100	7,30	2,10	9,70	86	
	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	2,90	38,80	196	
	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		860	26,00	15,00	142,10	800	
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	
	342.2	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		810	31,82	47,56	128,12	1062	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



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

М Е Н Ю

ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 09 " 12 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	18,30	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	19,10	80,80	701	
Горячее питание 2 смена	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	1,00	3,70	4,20	54	107,14
	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	2,10	5,90	11,30	107	
	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	10,20	16,00	36,00	330	
	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		735	18,60	26,10	94,00	682	
Обед	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	1,00	3,70	4,40	55	107,14
	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	1,90	5,80	10,90	104	
	294	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С СОУСОМ	105	9,00	12,10	10,80	187	
	302.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,20	4,50	36,90	221	
	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		880	28,80	26,80	124,00	846	
Дополнительное питание	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,90	6,10	4,60	77	220,00
	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,90	5,80	10,90	104	
	280	БИТОЧЕК ПАРОВОЙ В СОУСЕ	100	9,00	12,10	10,80	187	
	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,06	4,80	20,44	137	
	348	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	200	0,00	0,00	19,40	77	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи		610	23,46	29,50	112,44	802	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!