



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

# М Е Н Ю

## ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 19 " 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	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	6,80	47	118,00
	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	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	114,64
	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2	5,8	12,7	111	
	ПР	БЛИНЫ СО СЛАДКИМ СОУСОМ	150	8,1	9,4	70,3	407	
	376	ЧАЙ С САХАРОМ	215	0,1	0	14,7	59	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	60	5,20	0,50	27,80	132	
	Итого за прием пищи			775	15,80	16,10	135,30	
Обед	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО-СЕЗОНУ	60	0,5	0,1	1,5	8	114,64
	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2	5,8	12,7	111	
	280	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	105	7,3	19,1	10	240	
	309	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,6	3	29,8	164	
	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	28,3	115	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи			865	23,10	28,80	128,60	
Дополнительное питание	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО-СЕЗОНУ	60	0,5	0,1	1,5	8	220,00
	82	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2	5,8	12,7	111	
	289	РАГУ ИЗ КУР	200	12,56	11,72	15,20	217	
	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	28,3	115	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи			560	23,76	18,42	104,00	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!