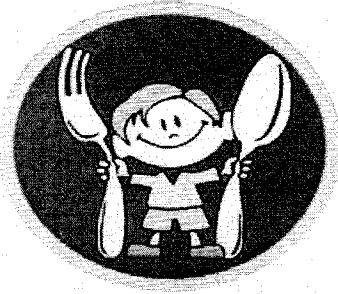


УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МБОУ «Астраханская НШ №2»

Т.Салтыкова



# М Е Н Ю

## ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 8 " 04 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	62	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ(морковь)	60	0,70	3,70	1,50	42	118,00
	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	11,20	16,00	26,00	330	
	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	222	0,20	0,00	14,90	62	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	80	7,00	0,70	37,10	177	
	Итого за прием пищи			512	19,10	20,40	79,50	
Горячее питание 2 смена	62	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ(морковь)	60	0,80	0,10	7,00	32	114,64
	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,60	2,90	20,90	120	
	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	100	12,60	8,60	31,20	255	
	304	РИС ОТВАРНОЙ	120	3,00	2,80	31,00	161	
	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			805	24,30	14,90	132,60	
Обед	62	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ(капуста)	60	0,90	3,10	5,30	53	114,64
	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,40	2,90	20,50	118	
	268/331	КОТЛЕТА С СОУСОМ	100	7,50	16,80	10,30	221	
	302.3	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	4,6	3	29,8	164	
	388	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,30	28,70	133	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи			860	24,70	26,80	140,90	
Дополнительное питание	45	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,90	3,10	5,30	53	220,00
	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧКОЙ	250	2,40	2,90	20,50	118	
	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	
	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	30,50	27,40	172,00	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



# М Е Н Ю

## ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 9 " 09 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!