



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МБОУ "Гаспринская НШ № 2"

Г.Г.Салтыкова

М Е Н Ю

ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 23 " 01 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	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	210	4,20	5,20	15,60	126	
	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	20,10	20,30	89,30	572	
Горячее питание 2 смена	56	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,80	0,10	4,60	25	
	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	3,00	2,90	20,50	120	
	301	КНЕЛИ ИЗ КУР В СОУСЕ	100	8,90	14,20	7,30	193	
	302.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	150	6,30	5,50	38,50	229	
	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	222	0,20	0,00	14,90	62	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	60	5,20	0,50	27,80	132	
	Итого за прием пищи		842	24,40	23,20	113,60	761	
Обед	56	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	0,10	4,40	24	
	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,80	2,90	20,20	118	
	301	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ В СОУСЕ	100	8,70	11,50	6,90	165	
	302.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	150	6,30	3,90	38,50	214	
	389	СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,00	0,20	19,60	83	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи		860	28,10	19,30	135,90	824	
Дополнительное питание	56	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	0,10	4,40	24	220,00
	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,80	2,90	20,20	118	
	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	СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,00	0,20	19,60	83	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи		910	30,78	24,07	184,08	1072	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!