

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МБОУ "Гаспринская НШ № 2"

Г.Г.Салтыкова

М Е Н Ю

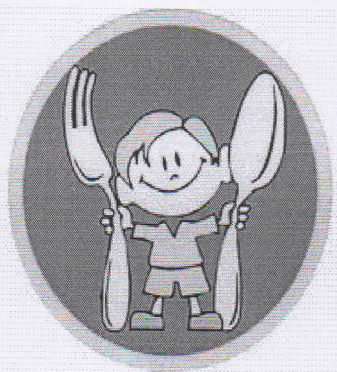
ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 19 " 11 20245г.

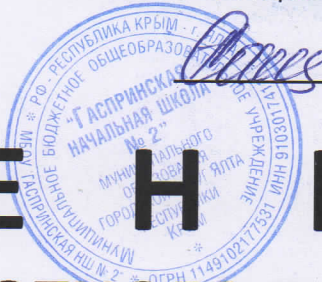
Возрастная категория: 7-11 лет. (1-4 кл.)

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Цена рациона, руб.
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак	18	САЛАТ С ОГУРЦОМ ПО-СЕЗОНУ	60	0,70	3,70	1,50	42	78,05
	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	10,20	16,00	26,00	330	
	376	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С САХАРОМ	215	0,10	0,00	14,70	59	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	80	7,00	0,70	37,10	177	
	Итого за прием пищи		505	18,00	20,40	79,30	608	
Горячее питание 2 смена	ПР	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС.	60	1,10	5,30	4,60	71	107,14
	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,00	5,80	12,70	111	
	255	СУБПОДУКТЫ В СОУСЕ	100	13,70	11,00	3,60	184	
	302.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	150	6,30	3,90	38,50	214	
	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		835	28,40	26,50	101,90	771	
Обед	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	1,00	3,70	5,70	60	107,14
	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,00	5,80	12,70	111	
	255	СУБПОДУКТЫ В СОУСЕ	100	13,70	11,00	3,60	184	
	302.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	150	6,30	3,90	38,50	214	
	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	222	0,20	0,00	14,90	62	
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ / РЖАНОЙ	100	8,60	0,70	46,30	220	
	Итого за прием пищи		882	31,80	25,10	121,70	851	
Дополнительное питание	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО-СЕЗОНУ	60	0,5	0,1	1,5	8	220,00
	82	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,00	5,80	12,70	111	
	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	
	376	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ 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		625	29,60	27,10	148,10	949	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МБОУ "Гаспринская НШ № 2"



Г.Г.Салтыкова

М Е Н Ю

ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 20 " 11 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.	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	6,80	47	78,05
	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	727	
Горячее питание 2 смена	56	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	0,10	4,40	24	107,14
	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,60	6,00	17,00	133	
	ПР	БЛИНЫ СО СЛАДКИМ СОУСОМ	150	10,10	11,80	67,20	425	
	342.2	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		720	18,80	18,60	143,40	825	
Обед	56	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	0,10	4,40	24	107,14
	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,40	6,00	16,60	130	
	280	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	105	7,30	19,10	10,00	240	
	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	3,00	34,10	185	
	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		865	24,60	29,10	138,40	910	
Дополнительное питание	56	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	0,10	4,40	24	220,00
	96	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,40	6,00	16,60	130	
	289	РАГУ ИЗ КУР	200	12,56	11,72	15,20	217	
	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		560	24,46	18,72	109,50	702	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!