



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

М Е Н Ю

ГОРЯЧЕГО ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ

" 16 " 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	ПР	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,10	5,30	4,60	71	85,55
	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	
Горячее питание 2 смена	20	САЛАТ С ОГУРЦОМ ПО-СЕЗОНУ	60	0,50	3,70	1,40	40	114,64
	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	
Обед	20	САЛАТ С ОГУРЦОМ ПО-СЕЗОНУ	60	0,50	3,70	1,40	40	114,64
	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	
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	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!