



Утверждаю  
Директор

### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ для обеспечения горячим питанием обучающихся

21.01.2026

8 день

7-11 ЛЕТ



Согласовано  
Директор

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

**Завтрак**

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1	60	0,41	0,1	0,84	5,0	1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259	200	11,92	18,10	45,30	305,00	259
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>16,48</b>	<b>18,7</b>	<b>82,29</b>	<b>484,3</b>	

**полдник (ОВЗ)**

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТК №54-2С	200	4,72	6,82	22,74	132,10	ТК №54-2С
ПЕЧЕНЬ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	90/30	10,90	10,90	13,50	205,60	307/363
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	3,70	5,70	28,20	195,70	203
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>23,87</b>	<b>23,70</b>	<b>106,53</b>	<b>723,70</b>	

**12-18 ЛЕТ**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

**Завтрак**

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1	100	0,5	0,1	1,01	6,0	1
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259	250	14,30	20,50	53,40	406,00	259
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>18,95</b>	<b>21,06</b>	<b>90,56</b>	<b>586,33</b>	

**полдник (ОВЗ)**

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТК №54-2С	250	5,90	8,53	28,45	165,10	ТК №54-2С
ПЕЧЕНЬ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	100/30	12,70	12,80	15,50	227,30	307/363
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	180	4,19	6,50	32,00	221,80	203
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>840</b>	<b>28,92</b>	<b>28,60</b>	<b>124,70</b>	<b>849,90</b>	