

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
Директор

22.01.2026

9 день

7-11 ЛЕТ



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363 | 90/30 | 11,30 | 12,10 | 14,60 | 205,60 | 294/363 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 150 | 3,70 | 5,70 | 28,20 | 195,70 | 203 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 |
| Итого за прием пищи: | 500 | 17,67 | 18,10 | 72,49 | 532,20 | |

полдник (ОВЗ)

| | | | | | | |
|--|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------|
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1С | 200 | 4,64 | 5,60 | 25,67 | 149,80 | ТК №54-1С |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №455/363 | 90/30 | 9,00 | 8,70 | 20,20 | 205,60 | 455/363 |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №134 | 150 | 5,30 | 8,90 | 34,50 | 182,30 | 134 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К | 200 | 0,20 | 0,00 | 9,20 | 42,00 | 685К |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 30 | 1,88 | 0,30 | 12,40 | 59,40 | 7 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 |
| Итого за прием пищи: | 730 | 23,39 | 23,80 | 116,46 | 710,00 | |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363 | 100/30 | 12,20 | 14,80 | 15,40 | 220,80 | 294/363 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 170 | 4,19 | 6,50 | 32,00 | 221,80 | 203 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 |
| Итого за прием пищи: | 550 | 20,64 | 21,80 | 83,75 | 618,93 | |

полдник (ОВЗ)

| | | | | | | |
|--|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------|
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1С | 250 | 5,80 | 7,00 | 32,08 | 186,60 | ТК №54-1С |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №455/363 | 100/30 | 10,90 | 9,80 | 22,40 | 210,60 | 455/363 |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №134 | 180 | 6,40 | 10,70 | 41,50 | 218,80 | 134 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К | 200 | 0,20 | 0,00 | 9,20 | 42,00 | 685К |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 30 | 1,88 | 0,30 | 12,40 | 59,40 | 7 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 |
| Итого за прием пищи: | 820 | 27,55 | 28,10 | 132,07 | 788,30 | |