

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
Директор

23.01.2026

10 день

7-11 ЛЕТ



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154	200/30	10,9	15,3	38,8	256,9	154
БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ №13	35/15	2,80	3,10	12,30	110,60	13
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К	200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
Итого за прием пищи:	510	16,27	18,70	74,79	480,40	

полдник (ОВЗ)						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №54-7С	200	5,12	5,60	10,84	129,60	54-7С
КОЛЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТК №204/363	90/30	11,30	12,10	14,60	205,60	294/363
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ № 54,5г	150	4,43	5,25	30,45	187,10	54,5г
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
Итого за прием пищи:	730	26,98	23,75	104,64	758,03	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154	250/30	12,5	16,6	48,5	321,1	154
БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ №13	35/15	2,80	3,10	12,30	110,60	13
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К	200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
Итого за прием пищи:	560	17,87	20,0	84,49	544,6	

полдник (ОВЗ)						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №54-7С	250	6,40	7,00	13,55	162,00	54-7С
КОЛЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТК №204/363	100/30	12,20	14,80	15,40	220,80	294/363
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ № 54,5г	180	5,30	6,30	36,50	224,50	54,5г
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
Итого за прием пищи:	840	30,03	28,90	114,20	843,03	