

Утверждаю

10.03.2025

Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет
1 день/ неделя1

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
		7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж		У		ккал	
2		лет	лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Каша молочная из овсяных хлопьев, жидкая с маслом и сахаром	35	200	250	7,10	8,88	11,66	14,57	40,25	50,24	295,45	369,32
Блинчики (оладьи) с молоком сгущенным	28	70	70	5,08	5,08	2,98	2,98	18,85	18,85	122,54	122,54
Хлеб пшеничный йодированный	3,50	30	40	2,37	3,16	0,33	0,44	14,49	19,32	70,14	93,52
Фрукты по сезону	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
Чай с сахаром	10	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,38	42,38
Итого	96,05	600	660	15,15	17,72	15,37	18,39	93,77	108,59	577,51	674,76

Утверждаю



11.03.2025

Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет
2 день/ неделя1

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	
2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Квашеная капуста с маслом растительным	20,00	60	100	1,02	1,71	3,00	5,01	5,07	8,46	51,42	85,70
Гуляш из отварного мяса птицы	40,00	100	100	12,02	12,02	11,79	11,79	3,27	3,27	167,27	167,27
Макаронные изделия отварные с маслом	18,00	150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,35	196,80	236,16
Хлеб пшеничный йодированный	3,50	30	40	1,60	1,60	1,10	1,10	12,58	12,58	66,62	66,62
Компот из смеси сухофруктов	15,00	200	200	2,1	3,16	0,3	0,4	14,49	19,32	70,14	93,52
Итого	96,05	540	620	22,14	24,97	21,09	24,18	68,21	82,98	552,25	649,27

Утверждаю



Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11лет и 12-18лет

3день/ неделя1

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	
2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Закуска из овощей (икра кабачковая)	20	60	100	1,63	2,71	2,82	4,70	8,72	14,53	67,00	111,67
Котлеты мяскокапустные из П/Ф	38	100	100	9,30	9,30	6,10	6,10	5,90	5,90	116,00	116,00
Каша рассыпчатая, гречневая	20	150	180	8,30	9,95	6,30	10,74	36,00	44,84	233,70	315,00
Чай с лимоном	15	200	40	0,30	0,30	0,00	0,00	10,58	10,58	43,52	43,52
Хлеб пшеничный йодированный	3,5	30	200	2,1	3,16	0,3	0,4	14,49	19,32	70,14	93,52
Итого за завтрак	96,05	540	620	21,63	25,42	15,52	21,94	75,69	95,17	530,36	679,71

Утверждаю



13.03.2025

Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11лет и 12-18лет
4день/ неделя1

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	
2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Свекла отварная с маслом растительным	20	60	100	0,88	1,47	3,60	6,00	4,96	8,30	55,68	92,80
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	40	90	100	12,7	14,11	8,9	9,9	6,3	7	156,1	173,44
Каша ячневая с овощами	18	150	180	3,03	3,63	5,94	7,12	21,98	26,18	153,50	183,32
Чай каркаде	15	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,60	118,60
Хлеб пшеничный йодированный	3,05	30	40	2,1	3,16	0,3	0,4	14,49	19,32	70,14	93,52
Итого за завтрак	96,05	530	620	22,79	26,45	22,28	26,96	65,31	78,38	554,02	661,68

Утверждаю



14.03.2025

**Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11лет и 12-18лет
5день/неделя1**

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал	
2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Консервы закусочные (зеленый горошек)	24	60	100	1,7	2,83	0,1	0,16	3,5	5,8	22,1	36,38
Плов из птицы	53	200	230	14,54	16,72	15,46	17,78	34,20	39,33	334,41	384,57
Компот из смеси сухофруктов	15	200	200	0,50	0,50	0,00	0,00	19,80	19,80	81,00	81,00
Хлеб пшеничный йодированный	4,05	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
Итого за завтрак	96,05	500	570	19,90	23,21	15,96	18,34	76,82	84,25	531,03	595,47