

Утверждаю

9 сентября 2025 г.

Ежедневное меню

7 день

7-11 лет

льготное питание

| Льготное питание |                                                      |                 |                  |              |               |                    |
|------------------|------------------------------------------------------|-----------------|------------------|--------------|---------------|--------------------|
| №<br>рецеп.      | Наименование блюда                                   | Масса<br>порции | Пищевые вещества |              |               | Энерг.<br>Ценность |
|                  |                                                      |                 | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод       |                    |
|                  | <b>ЗАВТРАК</b>                                       |                 |                  |              |               |                    |
| 294              | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С<br>СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294 | 90/30           | 12,10            | 14,60        | 14,60         | 252,60             |
| 303              | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303                  | 150             | 4,59             | 5,00         | 20,43         | 145,31             |
| 70,71,80         | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор                  | 60              | 0,60             | 0,10         | 1,75          | 13,20              |
| 685              | ЧАЙ С САХАРОМ №685                                   | 180             | 0,18             | 0,00         | 13,50         | 52,50              |
| ТТК              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68                             | 30              | 1,98             | 0,36         | 10,26         | 54,30              |
|                  | <b>Итого за прием пищи:</b>                          | <b>540</b>      | <b>19,45</b>     | <b>20,06</b> | <b>60,54</b>  | <b>517,91</b>      |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |                                                      |                 |                  |              |               |                    |
|                  | БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ИЮМОМ                              | 100             | 8,38             | 14,00        | 53,13         | 372,13             |
|                  | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348                                 | 200             | 0,50             | 0,10         | 27,40         | 112,60             |
|                  | <b>Итого за прием пищи:</b>                          | <b>300</b>      | <b>8,88</b>      | <b>14,10</b> | <b>80,53</b>  | <b>484,73</b>      |
|                  | <b>Всего:</b>                                        | <b>840</b>      | <b>28,33</b>     | <b>34,16</b> | <b>141,07</b> | <b>1 002,64</b>    |

12-18 лет

| 12-16 лет   |                                                                                       |                 |                  |         |         |                    |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|---------|--------------------|
| №<br>рецеп. | Наименование блюда                                                                    | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |         | Энерг.<br>Ценность |
|             |                                                                                       |                 | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод |                    |
|             | ЗАВТРАК                                                                               |                 |                  |         |         |                    |
| 294         | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С<br>СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294                                  | 100/30          | 13,40            | 16,20   | 16,20   | 280,60             |
| 303         | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303                                                   | 180             | 5,50             | 5,49    | 24,60   | 175,00             |
| 70,71,80    | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор<br>св. капуста краснокочанная, лук репчатый св. ) | 100             | 1,00             | 0,16    | 2,90    | 22,00              |
| 685         | ЧАЙ С САХАРОМ №685                                                                    | 200             | 0,20             | 0,00    | 15,00   | 58,00              |
| ТТК         | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68                                                              | 50              | 3,30             | 0,60    | 17,10   | 90,50              |
|             | Итого за прием пищи:                                                                  | 660             | 23,40            | 22,45   | 75,80   | 626,10             |
| ПОЛДНИК     |                                                                                       |                 |                  |         |         |                    |
|             | БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ИЮМОМ                                                               | 100             | 8,38             | 14,00   | 53,13   | 372,13             |
|             | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348                                                                  | 250             | 0,62             | 0,10    | 34,25   | 140,75             |
|             | Итого за прием пищи:                                                                  | 350             | 9,00             | 14,10   | 87,38   | 512,88             |
|             | Всего:                                                                                | 1010            | 32,40            | 36,55   | 163,18  | 1 138,98           |

Готов: *Оксана Смирнова О.В.*

ответственный по питанию

в школе: *Ю.В. Дергачева*