

Им. Сергеева
 Директор Торнопромышленной СМ
 Москва Москва А.И.

Утверждаю



Ежедневное меню

6 день

7-11 лет

20 октября 2025 льготное питание

| № рецеп. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность |
|-----------------------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 181 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 200 | 5,80 | 6,50 | 21,80 | 227,00 |
| 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ № 3 (БАТОН)35/5/10 | 50 | 5,80 | 8,30 | 14,83 | 137,00 |
| 685 | ЧАЙ С САХАРОМ №685 | 210 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 |
| 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 |
| 337 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 337 | 40 | 5,50 | 5,00 | 0,30 | 68,60 |
| Итого за прием пищи: | | 650 | 17,90 | 20,40 | 66,23 | 559,00 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| | БУЛОЧКА ЮЖАНКА | 100 | 7,50 | 11,00 | 64,00 | 380,00 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360 | 200 | 0,10 | 0,00 | 28,20 | 110,30 |
| Итого за прием пищи: | | 300 | 7,60 | 11,00 | 92,20 | 490,30 |
| Всего: | | 950 | 25,50 | 31,40 | 158,43 | 1 049,30 |

12-18 лет

| № рецеп. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность |
|-----------------------------|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 181 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ | 250 | 7,30 | 8,12 | 27,25 | 256,25 |
| 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ № 3 (БАТОН)35/5/10 | 50 | 5,80 | 8,30 | 14,83 | 137,00 |
| 685 | ЧАЙ С САХАРОМ №685 | 210 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 |
| 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 |
| 337 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 337 | 40 | 5,50 | 5,00 | 0,30 | 68,60 |
| Итого за прием пищи: | | 700 | 19,40 | 22,02 | 71,68 | 588,25 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| | БУЛОЧКА ЮЖАНКА | 100 | 7,50 | 11,00 | 64,00 | 380,00 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360 | 250 | 0,10 | 0,00 | 35,25 | 137,90 |
| Итого за прием пищи: | | 350 | 7,60 | 11,00 | 99,25 | 517,90 |
| Всего: | | 1050 | 27,00 | 33,02 | 170,93 | 1 106,15 |