

Утверждаю:  
 Директор Региональной с/с  
 Москва А.А.

Утверждаю



Ежедневное меню

7 день

7-11 лет

21 октября 2025

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углевод	
<b>ЗАВТРАК</b>						
294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С 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

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углевод	
<b>ЗАВТРАК</b>						
294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С 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	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
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>660</b>	<b>23,40</b>	<b>22,45</b>	<b>75,80</b>	<b>626,10</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
	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
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>350</b>	<b>9,00</b>	<b>14,10</b>	<b>87,38</b>	<b>512,88</b>
<b>Всего:</b>		<b>1010</b>	<b>32,40</b>	<b>36,55</b>	<b>163,18</b>	<b>1 138,98</b>