



# **ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ** для обеспечения горячим питанием обучающихся



**3 день**

**7-11 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда                             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                    |              |                  |         |             |                               |             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27 | 60           | 0,6              | 0,0     | 1,4         | 8,0                           | 27          |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                                        | 200          | 15,10            | 18,00   | 30,20       | 345,80                        | 492         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                  | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                         | 53          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                    | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                         | 7           |
| Итого за прием пищи:                                       | 510          | 19,13            | 18,50   | 68,23       | 519,20                        |             |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда                             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                    |              |                  |         |             |                               |             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27 | 100          | 1,1              | 0,0     | 2,3         | 18,0                          | 27          |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                                        | 220          | 16,50            | 22,44   | 38,70       | 432,25                        | 492         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                  | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                         | 53          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                    | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                         | 7           |
| Итого за прием пищи:                                       | 570          | 21,03            | 22,94   | 77,63       | 615,65                        |             |