

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю  
Директор



дата 21.12.2025

Согласовано  
Директор



6 день

7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|                                    |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                     |              |                  |              |              |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 160          | 7,20             | 8,70         | 33,81        | 211,64                        | 181         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3      | 35/5/10      | 5,80             | 8,00         | 11,60        | 147,00                        | 3           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379   | 200          | 3,16             | 2,66         | 15,94        | 100,60                        | 379         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338        | 120          | 0,60             | 0,60         | 14,30        | 68,40                         | 338         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        | <b>530</b>   | <b>16,76</b>     | <b>19,96</b> | <b>75,65</b> | <b>527,64</b>                 |             |
| <b>ПОЛДНИК (ОВ3)</b>               |              |                  |              |              |                               |             |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ № 140       | 100          | 8,80             | 9,60         | 33,70        | 226,90                        | 140         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                         | 685         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        | <b>300</b>   | <b>9,00</b>      | <b>9,60</b>  | <b>48,70</b> | <b>284,90</b>                 |             |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|                                    |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                     |              |                  |              |              |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 180          | 9,50             | 9,20         | 35,66        | 238,06                        | 181         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3      | 35/5/10      | 5,80             | 8,00         | 11,60        | 147,00                        | 3           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379   | 200          | 3,16             | 2,66         | 15,94        | 100,60                        | 379         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338        | 120          | 0,60             | 0,60         | 14,30        | 68,40                         | 338         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        | <b>550</b>   | <b>19,06</b>     | <b>20,46</b> | <b>77,50</b> | <b>554,06</b>                 |             |
| <b>ПОЛДНИК (ОВ3)</b>               |              |                  |              |              |                               |             |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140        | 100          | 8,80             | 9,60         | 33,70        | 226,90                        | 140         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                | 250          | 0,30             | 0,00         | 22,00        | 73,00                         | 685         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        | <b>350</b>   | <b>9,10</b>      | <b>9,60</b>  | <b>55,70</b> | <b>299,90</b>                 |             |