

Меню на 30.12.2025

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю  
Директор



**7 день**  
**7-11 ЛЕТ**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	60		0,90	4,30	3,75	57,70	3/88
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	90/30		9,00	8,70	20,20	205,60	455/363
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150		3,99	4,50	17,72	125,90	303
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200		0,30	0,00	16,00	66,40	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30		2,37	0,30	14,49	70,90	6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>124,32</b>	<b>16,56</b>	<b>17,80</b>	<b>72,16</b>	<b>526,50</b>	

**7-11 ЛЕТ (ОВЗ)**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	60		0,90	4,30	3,75	57,70	3/88
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	90/30		9,00	8,70	20,20	205,60	455/363
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150		3,99	4,50	17,72	125,90	303
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200		0,30	0,00	16,00	66,40	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30		2,37	0,30	14,49	70,90	6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>144,32</b>	<b>16,56</b>	<b>17,80</b>	<b>72,16</b>	<b>526,50</b>	
<b>полдник</b>							
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146	100		8,90	9,50	31,50	220,10	146
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200		0,20	0,00	15,00	58,00	685
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>144,32</b>	<b>9,10</b>	<b>9,50</b>	<b>46,50</b>	<b>278,10</b>	

**12-18 ЛЕТ**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	100		1,80	8,60	7,50	115,40	3/88
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	100/30		10,90	9,80	22,40	210,60	455/363
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160		4,90	4,90	27,30	145,84	303
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200		0,30	0,00	16,00	66,40	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30		2,37	0,30	14,49	70,90	6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>124,32</b>	<b>20,27</b>	<b>23,60</b>	<b>87,69</b>	<b>609,14</b>	

**12-18 ЛЕТ (ОВЗ)**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	100		1,80	8,60	7,50	115,40	3/88
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	100/30		10,90	9,80	22,40	210,60	455/363
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160		4,90	4,90	27,30	145,84	303
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200		0,30	0,00	16,00	66,40	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30		2,37	0,30	14,49	70,90	6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>20,27</b>	<b>23,60</b>	<b>87,69</b>	<b>609,14</b>		

**полдник**