

24 декабря 2025 г.

Утверждаю



Директор ООО
Тринадцатой
окрой ссс
для
документов
А.Н. Железова

Ежедневное меню

3 день

7-11 лет

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	205,00
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ № 3 (БАТОН)35/5/10	50	5,80	8,30	14,83	137,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
9	ПЕЧЕНЬЕ №9	50	3,80	4,90	35,60	187,00
Итого за прием пищи:		500	15,60	19,70	87,23	587,00
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30
	Итого за прием пищи:	300	7,60	4,00	87,20	410,30
	Всего:	800	23,20	23,70	174,43	997,30

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	200	0,20	0,00	15,00	58,00
9	ПЕЧЕНЬЕ №9	50	3,80	4,90	35,60	187,00
	Итого за прием пищи:	550	17,10	21,32	92,68	638,25
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	7,50	4,00	59,00	300,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90
	Итого за прием пищи:	350	7,60	4,00	94,25	437,90
	Всего:	900	24,70	25,32	186,93	1 076,15
	Итого за прием пищи:	1250	32,30	29,32	281,18	1 514,05
	Всего:	1350	39,80	33,32	340,18	1 814,05

Говар: Железова / Смирнова О.А.
 Ответственный по меню
 в школе: Железова / Дергачева Ю.В.