



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся



**10 день**

**7-11 ЛЕТ**

*26.12.2025*

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                     |              |                  |         |             |                               |             |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154 | 200/30       | 10,9             | 15,3    | 38,8        | 256,9                         | 154         |
| ПЕЧЕНЬЕ №9                                  | 30           | 3,80             | 4,10    | 14,00       | 90,50                         | 9           |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К                 | 200          | 0,20             | 0,00    | 9,20        | 42,00                         | 685К        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                           | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |
| Итого за прием пищи:                        | 510          | 18,85            | 19,90   | 83,15       | 505,73                        |             |

|                           |     |      |      |       |        |     |
|---------------------------|-----|------|------|-------|--------|-----|
| <b>полдник (ОВЗ)</b>      |     |      |      |       |        |     |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146      | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40  | 53  |
| Итого за прием пищи:      | 300 | 9,20 | 9,50 | 47,50 | 286,50 |     |

|                                             |              |                  |         |             |                               |             |
|---------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                     |              |                  |         |             |                               |             |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154 | 250/30       | 12,5             | 16,6    | 48,5        | 321,1                         | 154         |
| ПЕЧЕНЬЕ №9                                  | 30           | 3,80             | 4,10    | 14,00       | 90,50                         | 9           |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К                 | 200          | 0,20             | 0,00    | 9,20        | 42,00                         | 685К        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                           | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |
| Итого за прием пищи:                        | 560          | 20,45            | 21,2    | 92,85       | 569,93                        |             |