

20.01.2026 г.

Утверждаю

Ежедневное меню

7 день

7-11 лет

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
	ЗАВТРАК					
294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294	90/30	12,10	14,60	14,60	252,60
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150	4,59	5,00	20,43	145,31
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор	60	0,60	0,10	1,75	13,20
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,50
ТТК	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	30	1,98	0,36	10,26	54,30
	Итого за прием пищи:	540	19,45	20,06	60,54	517,91
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ИЮМОМ	100	8,38	14,00	53,13	372,13
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,50	0,10	27,40	112,60
	Итого за прием пищи:	300	8,88	14,10	80,53	484,73
	Всего:	840	28,33	34,16	141,07	1 002,64

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	Ценность
	ЗАВТРАК					
294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294	100/30	13,40	16,20	16,20	280,60
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	180	5,50	5,49	24,60	175,00
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св. капуста красная, болгар. перец, помидоры св.)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ТТК	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за прием пищи:	660	23,40	22,45	75,80	626,10
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ИЮМОМ	100	8,38	14,00	53,13	372,13
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	250	0,62	0,10	34,25	140,75
	Итого за прием пищи:	350	9,00	14,10	87,38	512,88
	Всего:	1010	32,40	36,55	163,18	1 138,98

Готовар: Оксана Смирнова О.А.
 Ответственный по меню
 в школе: ДУ. Дергачева Ю.В.