

15.01.2026

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обеспечения горячим питанием обучающихся

дата \_\_\_\_\_

Утверждаю  
ДиректорСогласовано  
Директор

4 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>   |              |                    |                  |                  |                               |             |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106 ) | 90           | 9,1/11,60          | 11,6/11,80       | 10,9/13,0        | 142,3/159,00                  | 229/106     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310   | 160          | 3,04               | 4,50             | 24,55            | 151,40                        | 310         |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686   | 200          | 0,30               | 0,00             | 15,20            | 60,00                         | 686         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6  | 50           | 3,95               | 0,50             | 21,15            | 116,33                        | 6           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>500</b>   | <b>16,39/18,89</b> | <b>16,6/16,8</b> | <b>71,8/73,9</b> | <b>470,03/486,73</b>          |             |
| <b>полдник (ОВЗ)</b>   |              |                    |                  |                  |                               |             |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146   | 100          | 8,90               | 9,50             | 31,50            | 220,10                        | 146         |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51  | 200          | 0,30               | 0,00             | 16,00            | 66,40                         | 51          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>300</b>   | <b>9,20</b>        | <b>9,50</b>      | <b>47,50</b>     | <b>286,50</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>   |              |                    |                    |                    |                               |             |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106 ) | 100          | 10,2/12,9          | 12,9/13,10         | 13,3/14,40         | 175,00/176,6                  | 229/106     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310   | 200          | 3,80               | 5,74               | 30,68              | 192,80                        | 310         |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686   | 200          | 0,30               | 0,00               | 15,20              | 60,00                         | 686         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6  | 50           | 3,95               | 0,50               | 21,15              | 116,33                        | 6           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>550</b>   | <b>18,25/20,95</b> | <b>19,14/19,34</b> | <b>80,33/81,43</b> | <b>544,13/545,73</b>          |             |
| <b>полдник (ОВЗ)</b>   |              |                    |                    |                    |                               |             |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146  | 100          | 8,90               | 9,50               | 31,50              | 220,10                        | 146         |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51  | 250          | 0,38               | 0,00               | 20,00              | 83,00                         | 51          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>350</b>   | <b>9,28</b>        | <b>9,50</b>        | <b>51,50</b>       | <b>303,10</b>                 |             |