

и.с. директор школы
 Верещаева Е.Г.

Утверждаю



Ежедневное меню
 4 день
 7-11 лет

15.01.2026

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г	Углевод	
ЗАВТРАК						
492	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	200	16,30	19,80	32,40	345,80
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30
ТТК	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	40	2,64	0,48	13,68	96,50
Итого за прием пищи:		500	19,94	20,38	68,23	539,80
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30
Итого за прием пищи:		300	7,60	11,00	92,20	490,30
Всего:		800	27,54	31,38	160,43	1 030,10

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г	Углевод	
ЗАВТРАК						
492	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	220	18,00	21,78	35,64	380,40
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30
ТТК	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50
Итого за прием пищи:		570	22,70	22,54	76,04	577,20
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90
Итого за прием пищи:		350	7,60	11,00	99,25	517,90
Всего:		920	30,30	33,54	175,29	1 095,10

Повар: Людмила Пасукина ИР
 отв за технич: Алла Курякова О.А.