



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся



**Меню на 3 февраля 2026 года**

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, назначение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Жиросодержание
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕННАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №8)	60	0,90	4,30	3,75	57,70	3,68
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	90/30	9,00	8,70	20,20	203,00	455/363
КАША ГРЕНЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150	3,99	4,50	17,72	121,90	303
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
Итого за прием пищи:	560	16,56	17,60	72,16	526,59	
<b>подник (ОВЗ)</b>						
БУЛОЧКА СЛОБОДНАЯ №146	100	8,90	9,50	31,50	230,10	146
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	75,00	685
Итого за прием пищи:	300	9,10	9,50	46,50	275,10	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, назначение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Жиросодержание
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕННАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №8)	100	1,80	8,60	7,30	113,40	3,68
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	100/30	10,90	9,80	22,40	210,00	455/363
КАША ГРЕНЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160	4,90	4,80	27,30	145,34	303
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
Итого за прием пищи:	420	20,27	23,50	87,69	409,14	
<b>подник (ОВЗ)</b>						
БУЛОЧКА СЛОБОДНАЯ №146	100	8,90	9,50	31,50	230,10	146
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	250	0,30	0,00	22,00	73,00	685
Итого за прием пищи:	350	9,20	9,50	53,50	293,10	